

انقطاع التنفس أثناء النوم مرتبط بالذاكرة



إعداد: مصطفى الزعبي

كشف بحث جديد أجراه باحثون من مركز بوسطن الطبي في ماساتشوستس الأمريكية، أن انقطاع التنفس أثناء النوم مرتبط بمشاكل التفكير والذاكرة، ما يؤدي إلى انخفاض مستويات الأكسجين في الدم، وتشمل الأعراض الشخير واللهاث، ويعاني المصابون بهذا الاضطراب، الصداع الصباحي، أو يواجهون صعوبة في التركيز على المهام. وقال البروفيسور دومينيك لو، من المركز: إن «انقطاع التنفس أثناء النوم اضطراب شائع غالباً لا يتم تشخيصه بشكل جيد، ومع ذلك فإن العلاجات متاحة، ووجدت دراستنا أن المشاركين الذين لديهم الأعراض، لديهم أيضاً احتمالات أكبر للإصابة بمشاكل في الذاكرة أو التفكير».

وشملت الدراسة 4257 شخصاً، أكمل المشاركون استبياناً يسأل عن جودة النوم، بالإضافة إلى مشاكل الذاكرة والتفكير، وسؤالهم عن الشخير أو اللهاث، وبالنسبة للذاكرة والتفكير، تم طرح أسئلة على المشاركين تتعلق بصعوبة التذكر، أو فترات الارتباك، أو صعوبة التركيز، أو مشاكل في اتخاذ القرار. ومن بين جميع المشاركين، أبلغ 1079 عن أعراض انقطاع التنفس، ومن بين المصابين بالأعراض، أبلغ 357 شخصاً، أو 33%، عن مشاكل في الذاكرة أو التفكير مقارنة بـ 628 شخصاً، أو 20% من الأشخاص الذين لا يعانون الأعراض.

وبعد تعديل العوامل الأخرى التي يمكن أن تؤثر في مشاكل الذاكرة والتفكير، مثل العمر والعرق والجنس والتعليم، وجد الباحثون أن الذين أبلغوا عن أعراض انقطاع التنفس أثناء النوم كانوا أكثر عرضة بنسبة 50% تقريباً لمشاكل في الذاكرة أو التفكير.

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2024.