

فلجی خواب علت کابوسهای ترسناک



گروهی از دانشمندان آمریکایی در بررسیهای خود دریافتند که پدیده ای با عنوان "فلجی خواب" می تواند در خصوص دیدن کابوسهای بسیار ترسناک توضیح دهد. حمله بیگانگان فضایی و اسارت در چنگال دیوها کابوسهایی است که بسیاری از انسانها تجربه آنها را در طول خواب دارند.

گروهی از دانشمندان آمریکایی در بررسیهای خود دریافتند که پدیده ای با عنوان "فلجی خواب" می تواند در خصوص دیدن کابوسهای بسیار ترسناک توضیح دهد. حمله بیگانگان فضایی و اسارت در چنگال دیوها کابوسهایی است که بسیاری از انسانها تجربه آنها را در طول خواب دارند.

اکنون بررسیها نشان می دهد که این نوع خوابهای ترسناک ریشه در پدیده ای با عنوان "فلجی خواب" دارند. بررسیها نشان می دهد که حداقل 8 درصد از مردم این پدیده را تجربه کرده اند.

در طول "فلجی خواب" فرد هر نوع امکان حرکت کردن آگاهانه را از دست می دهد و تنها چشمها و تنفس می توانند به حرکات خود ادامه دهند.

اکنون گروهی از محققان دانشگاه ایالتی پن در پنسیلوانیا با مطالعه بر روی این اختلال که در فاز قبل از بیدار شدن رخ می دهد کشف کردند که این پدیده می تواند در خصوص دیدن کابوسهای وحشت زا توضیح دهد.

برپایه این تحقیقات که به سرپرستی "برایان شاپلس" انجام شد فلجی شبانه که در فازهای عبور از خواب و بیدار اتفاق می افتد همچنین می تواند درخصوص ماجراهایی که بعضی از افراد در مورد رویت بیگانگان فضایی تعریف می کنند توضیح دهد.

"برایان شاپلس" اظهار داشت: "ما برای درک اینکه این پدیده چقدر در میان گروههای مختلف مردم شایع است اطلاعاتی را که در مطالعات قبلی به دست آمده بود با هم ترکیب کردیم."

این تیم در مجموع 35 مطالعه ای را که در 50 سال اخیر بر روی 36 هزار و 533 نفر انجام شده بود مورد بررسی قرار دادند و دریافتند که با بسامد وقوع متغیر از یک بار در زندگی تا هر شب، در حدود یک پنجم این افراد حداقل یکبار فلجی خواب را تجربه کرده اند.

براساس گزارش ساینس 2.0، سپس با مطالعه بر روی گروههای خاص، این محققان کشف کردند که 28.3 درصد از دانشجویان و 31.9 درصد از بیماران روان پریش حداقل یکبار این پدیده را داشته اند. در میان بیماران روحی، افراد متاثر از حملات وحشتزدگی بیشتر در معرض خطر با فلجی خواب مواجهند.

از سویی دیگر نتایج این تحقیقات نشان می دهد که در مدت وقوع این پدیده، قربانیان سه نوع توهم را تجربه می کنند که عبارتند از: حضور شخص دیگری که در تلاش برای ورود به بدن فرد است، فشار شدید بر روی قفسه سینه همراه با حملات فیزیکی از سوی عامل فشار و معلق شدن در فضا یا تجربه خروج از بدن.