



استرس عاملی موثر در بروز وحشتهای شبانه کودکان است

عضو مرکز تحقیقات روانپزشکی و علوم رفتاری دانشگاه علوم پزشکی مشهد با اشاره به اینکه وحشت شبانه نوعی اختلال در خواب است ...

سلامت نیوز : عضو مرکز تحقیقات روانپزشکی و علوم رفتاری دانشگاه علوم پزشکی مشهد با اشاره به اینکه وحشت شبانه نوعی اختلال در خواب است که بیشتر در کودکان شایع است و در نوجوانان و بالغین کمتر دیده می شود، اظهار داشت: در این نوع اختلال کودک ناگهان از خواب عمیق بیدار می شود و وحشت زده به نظر می رسد. معمولا رنگ پریده و با ضربان نبض بالا هستند و ممکن است گریه کنند و یا جیغ بزنند.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از پایگاه اطلاع رسانی وزارت بهداشت ؛ دکتر هادی اسد پور با اشاره به اینکه با وجودی اینکه کودکان به طور ظاهر بیدار هستند اما آنها هنوز در خواب نسبی هستند و وقایع را به طور کامل ثبت نمی کنند، خاطر نشان کرد: محرومیت از خواب، استفاده از برخی از داروها و بروز استرس های طول روز می تواند عاملی تشدید کننده در بروز این اختلال باشد.

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد با بیان اینکه بروز این حالت ممکن است برای والدین نگران کننده باشد، گفت: این عارضه برای خود کودک مشکلی ایجاد نمی کند و اگر زیاد تکرار نمی شود درمانی لازم ندارد.

عضو مرکز تحقیقات روانپزشکی و علوم رفتاری دانشگاه علوم پزشکی مشهد خواب گردی را از دیگر اختلالات خواب در کودکان عنوان کرد و گفت: در این اختلال که در نیمه اول خواب ایجاد می شود، کودک با چشمانی باز و بصورت فعالیت نیمه هدفمند عمل می کنند.

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد افزود: خواب گردی در افراد بزرگسال با رفتارهای پیچیده تری همراه است مثلا غذا تهیه کنند، قفل را باز کنند و بیرون بروند. اگر بیدار شوند گیج و مضطرب اند و هیچ خاطره ای از واقعه ندارند. اگر به رختخواب هدایت شوند به آرامی میخوابند بدون اینکه اعتراضی داشته باشند.

دکتر هادی اسد پور خاطر نشان کرد: خوابگردی ممکن است زمینه خانوادگی داشته باشد اما می تواند با محرومیت از خواب، مصرف بعضی داروها، استرس و خواب در یک محیط جدید ایجاد شود.