



ارتباط کابوس‌های دوران کودکی با بروز بیماری‌های روانی

کابوس‌های دوران کودکی می‌تواند علامت بروز بیماری‌های روانی در دوران بزرگسالی باشد.

کابوس‌های دوران کودکی می‌تواند علامت بروز بیماری‌های روانی در دوران بزرگسالی باشد.

محققان دانشگاه وارویک در بریتانیا می‌گویند شکایت کودکان از رویت مکرر کابوس در خواب می‌تواند هشدار باشد بر احتمال بروز بیماری‌های روانی در دوران بزرگسالی آنها. بر اساس مطالعه‌ای که نتیجه آن در نشریه خواب به چاپ رسیده است، اکثر کودکان کابوس می‌بینند اما تکرار بالای آن می‌تواند بیانگر بروز مشکلات روانی در آینده باشد.

بر این اساس، بروز آشفتگی شدید در خواب، همراه با فریاد کشیدن و پرت کردن دست و پا می‌تواند بیانگر جدی‌تر بودن وضع کودک باشد. کارشناسان می‌گویند نتیجه این تحقیق می‌تواند به تشخیص زودهنگام بیماری‌های روانی کمک کند. محققان دانشگاه وارویک در تحقیقات خود بر روی ۶۸۰۰ کودک مطالعه کردند. این مطالعات تا ۱۲ سالگی این افراد ادامه داشت.

محققان به طور مداوم از والدین این کودکان درباره مشکلات آنها در هنگام خواب سوال می‌کردند و در پایان آنها را از لحاظ مشکلات روانی مانند بروز توهم ارزیابی کردند. دیترو وولک، یکی از محققان دانشگاه وارویک در این باره گفت: "بروز کابوس، آشفتگی و وحشت در هنگام خواب یک رخداد تقریباً متداول است اما تکرار آن بیانگر وجود مشکلی جدی است." بر اساس نتیجه این تحقیق، بیشتر کودکان دچار کابوس می‌شوند ولی ۳۷ درصد از آنها به طور مکرر و در طول چند سال رویت کابوس را گزارش کرده‌اند.

از هر ده کودک مورد مطالعه نیز معمولاً یک کودک در فاصله سنی ۳ تا ۷ سالگی در هنگام خواب دچار آشفتگی و وحشت شده است.

رابطه میان مشکلات خواب با بروز بیماری‌های روانی کاملاً مشخص نیست.

روان‌شناسان می‌گویند هر چند رویت مکرر کابوس می‌تواند علامت مهمی درباره وضع سلامت روانی کودک در آینده باشد اما بهبود شرایط خواب کودکان نمی‌تواند به طور قطع مانع از بروز مشکلات روانی در دوران بزرگسالی شود.

منبع: بی بی سی