

۱۰ درصد ایرانی ها از اختلال خواب رنج می برند

دبیر علمی سی و دومین همایش سالانه انجمن علمی روانپزشکان ایران گفت: حداقل ۱۰ درصد افراد جامعه از يك اختلال خواب بارز بالینی رنج می برند که این امر در بهداشت عمومی و سلامت روان جامعه تاثیر منفی دارد.



دبیر علمی سی و دومین همایش سالانه انجمن علمی روانپزشکان ایران گفت: حداقل ۱۰ درصد افراد جامعه از يك اختلال خواب بارز بالینی رنج می برند که این امر در بهداشت عمومی و سلامت روان جامعه تاثیر منفی دارد.

دکتر میرفرهاد قلعه بندی در آستانه برپایی سی و دومین همایش سالانه انجمن علمی روانپزشکان ایران که از روز سه شنبه ۲۱ مهر ماه در بیمارستان میلاد برگزار می شود با اعلام این خبر افزود: با وجود شیوع فراوان اختلالات خواب، متأسفانه اهمیت آن توسط جامعه نادیده گرفته می شود. این درحالیست که بی خوابی شایعترین اختلال خواب بوده و اختلالات تنفسی حین خواب و سندرم پاهای بی قرار از دیگر اختلالات شایع خواب هستند.

وی خاطر نشان ساخت: استرس‌های هیجانی، اضطراب و افسردگی، طلاق، جدایی، افزایش سن، طبقه اقتصادی - اجتماعی پایین، بیکاری، سیکل خواب نامنظم، بیماری های جسمانی و روانی، سیگار کشیدن، نوشیدن قهوه و سوء مصرف الکل و... به عنوان دلایل بی خوابی شناخته شده اند.

قلعه بندی یادآور شد: میزان بی‌خوابی با بالا رفتن سن افزایش می یابد و تقریباً یک سوم افراد بالای ۶۵ سال، کم و بیش از بی خوابی رنج می برند.

دبیر علمی سی و دومین همایش سالانه انجمن علمی روانپزشکان ایران گفت: به دلیل اهمیت موضوع خواب و اختلالات آن و نیز جایگاه روانپزشکی در تشخیص و درمان مشکلات خواب، انجمن روانپزشکان ایران، امسال اختلالات خواب را به عنوان موضوع اصلی همایش سالانه خود انتخاب کرده است.

وی یادآور شد: به غیر از موضوع اختلالات خواب، دیگر حوزه های متنوع روانپزشکی نیز در این همایش مورد بحث قرار می گیرد.

به گفته قلعه بندی در این همایش پروفیسور «نورمن سارنوریس» رئیس سابق سازمان جهانی بهداشت و انجمن جهانی روانپزشکان همراه چند میهمان خارجی نیز حضور خواهند داشت.

سی و دومین همایش سالانه انجمن روانپزشکان ایران با محوریت اختلال خواب ۲۱ تا ۲۴ مهر ماه امسال در سالن شهید غرضی بیمارستان میلاد تهران برگزار می شود.