

Søvnproblemer ved MS, Parkinson, demens og andre neurologiske hjernesykdommer

Michaela D. Gjerstad
Overlege, nevrolog, PhD
Nasjonal kompetansetjeneste for bevegelsesforstyrrelser
Stavanger universitetssjukehus



Det er så enkelt å sove



...og så vanskelig



**Søvn involverer store
deler av hjernen**



**Hjernesykdom kan endre
søvnen vår**



Multipel sklerose (MS)

Multipel sklerose (MS)



- En kronisk immun-mediert neurologisk sykdom som gir demyelinisering og aksonal degenerasjon i sentralnervesystemet (CNS)
- Ca. 13 000 pasienter i Norge
- Yngre voksne

Hyppigste søvnforstyrrelse ved MS



- Økt forekomst av søvnapne
- 4 x økt forekomst RLS
- 25-50% økt insomni

- Opptil 80% beskrives med fatigue/utmattelse.



Søvn og aldring





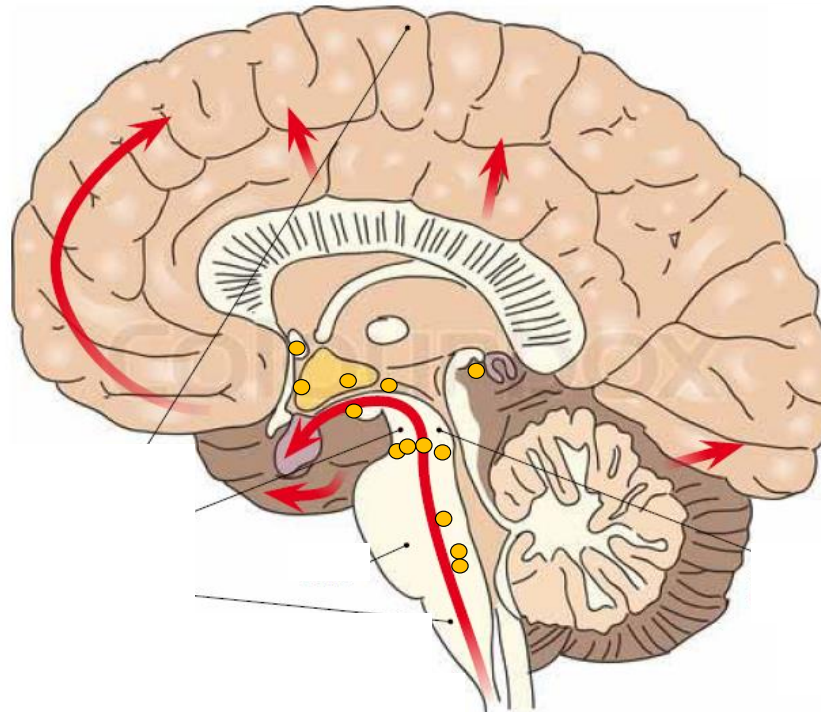


Parkinsons sykdom (PS)

Parkinsons sykdom (PS)



- En kronisk, progressiv, neurodegenerativ sykdom som kjennetegnes primært ved nevrontap og dertil relatert dopaminmangel.
- Ca. 8 000 pasienter i Norge (økende)
- > 50 år



PD Incidence: 126 /100 000 inhabitants. (Alves et al. JNNP, 2009)
 PD-Non motor symptoms reduce QoL significantly (Prakash 2016, Li 2010, Gallagher 2010, ..)

Hyppigste søvnforstyrrelse ved PS



- Insomni (ikke få tilstrekkelig nattesøvn)
- Hypersomni (sover for mye, og eller sovne når ikke ønsket)
- REM søvnforstyrrelser (utagring av drømmer)
- Fremskyndet døgnrytme



Demens

Demens



- Demens er en betegnelse på kognitiv svikt grunnet organisk sykdom i hjernen. Pasienten mestrer ikke lenger oppgaver og er hjelpetrengende i hverdagen
- Hyppigst er Alzheimer sykdom
- Ca. 80 000 pasienter i Norge med demens
- > 65 år

Hyppigst opplevd ved Alzeimer



- Insomni (kortet nattesøvn, søvn fragmentering)
- Endret døgnrytme
- Sundowning (uro mot kvelden)



Fasit

Søvn og neurologiske hjernelidelser



- Behov for mer forskning
- Hjernesykdom kan forårsake forskjellige søvnproblemer

Søvn og neurologiske hjernelidelser



- Gode rutiner og ikke medikamentelle tiltak må alltid bibeholdes.
- Det tilpasses årsaksbehandling.
- Vær detektiv:
Bidrar mine medisiner til mine søvnproblemer?



Takk