

## بررسی اختلالات خواب در مبتلایان به آسم مراجعه کننده به مرکز آموزشی درمانی امام رضا کرمانشاه (۱۳۸۶)

آزیتا چهری<sup>۱\*</sup>؛ حبیب‌اله خزایی<sup>۲</sup>؛ الهام شاه حسینی<sup>۳</sup>

### چکیده

آسم یک اختلال شایع تنفسی است که حین خواب تشدید می‌شود. این مطالعه با هدف تعیین اختلالات خواب در بیماران مبتلا به آسم انجام شد. ۹۵ بیمار آسمی با روش نمونه‌گیری آسان انتخاب شدند. پرسشنامه‌های اطلاعات جمعیت‌شناختی اختلالات کلی خواب در اختیار آن‌ها قرار گرفت. نتایج با استفاده از SPSS 15 تحلیل شد. فراوانی انواع اختلالات از ۱/۱ درصد (راه رفتن در خواب) تا ۷۸/۹ درصد (اشکال در تداوم خواب) متفاوت بود. با توجه به شیوع بالای اختلالات خواب در بیماران آسمی، توجه به تشخیص زودهنگام و انجام اقدامات درمانی توصیه می‌شود. **کلیدواژه‌ها:** اختلالات خواب، آسم، پرسشنامه ارزیابی کلی خواب، کرمانشاه

«دریافت: ۱۳۹۱/۳/۱ پذیرش: ۱۳۹۱/۴/۲۷»

۱. گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد کرمانشاه

۲. مرکز تحقیقات خواب، گروه روانپزشکی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه

۳. کمیته تحقیقات دانشجویان، دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه

\* عهده‌دار مکاتبات: کرمانشاه، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه، گروه روانشناسی، تلفن: ۰۸۳۱-۸۲۴۹۳۵۳

Email: Azitachehri@yahoo.com

\* این مقاله منتج از پایان‌نامه دانشجویی خانم الهام شاه حسینی جهت اخذ درجه دکترای عمومی از دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه می‌باشد.

### مقدمه

خواب حالتی منظم و تکرار شونده است که از دو حالت فیزیولوژیک خواب حرکت غیرسریع چشم (NREM) و خواب حرکات سریع چشم (REM) تشکیل شده است (۱).

آسم یک بیماری التهابی مزمن راه‌های هوایی است، که با افزایش تحریک‌پذیری مجاری تراکتو برونشیل در برابر محرک‌ها مشخص می‌شود (۲ و ۳).

آسم شبانه در ۷۵ درصد مبتلایان به آسم وجود دارد. حمله آسم، اغلب بین ساعات ۲-۴ صبح اتفاق می‌افتد، این پدیده ممکن است منجر به مرگ بیماران آسمی از نیمه شب تا ساعت ۸ صبح شود (۴).

به نظر می‌رسد اختلالات خواب با بیماری آسم در

ارتباط هستند، شیوع بی‌خوابی در بیماران آسمی ۳۹/۱ درصد و خواب‌آلودگی روزانه در این بیماران ۱۲/۴ درصد است. آپنه انسدادی خواب با شیوع ۲-۴ درصد در جمعیت عمومی، تأثیر زیادی در سلامت عمومی دارد. شیوع آپنه خواب در بیماران آسمی ۴ درصد است (۵ و ۶).

در بیماران مبتلا به آسم، انجام استراتژی‌های درمانی مثل شناخت - رفتاردرمانی و... می‌تواند در درمان بی‌خوابی‌های اولیه مؤثر باشد و منجر به تسکین علائم و بهبود کلینیکی شود (۶). با توجه به این‌که شناخت اپیدمیولوژیک اختلالات خواب در بیماران آسمی، کمک فراوانی در زمینه اقدامات پیشگیری و درمان می‌کند، این مطالعه با هدف بررسی فراوانی اختلالات

خواب در مبتلایان به آسم انجام گرفت.

## مواد و روش‌ها

نوع مطالعه توصیفی- مقطعی بوده که جهت انجام آن، از پرسشنامه Global Sleep Assessment questionnaire (GSA) استفاده گردید.

روایی (Validity) و پایایی (Reliability) این پرسشنامه قبلاً به اثبات رسیده است. یعنی در پرسشنامه تهیه شده، صحت تشخیصی تست‌ها در مورد بی‌خوابی حدود ۸۰ درصد، آپنه خواب و سندرم پای بیقرار بیش از ۹۰ درصد و کابوس شبانه و راه رفتن در خواب ۱۰۰ درصد می‌باشد. اعداد ذکر شده روایی و پایایی پرسشنامه اصلی و مرجع است (۷).

جمعیت مورد مطالعه شامل کلیه افراد مبتلا به آسم بود که در مرکز آموزشی درمانی امام رضا (ع) تحت درمان بودند. روش نمونه‌گیری آسان بود.

پرسشنامه اطلاعات جمعیت‌شناختی و GSA در اختیار بیماران قرار داده شد. در مورد بیماران بی‌سواد، سؤالات از بیمار پرسیده شد.

معیارهای خروج از مطالعه، وجود اختلالات جسمی (به استثنای آسم) یا روانپزشکی تأیید شده بر اساس سوابق اخذ شده از بیماران و همراهان آنها، مصرف الکل- مواد مخدر و کافئین بیش از حد مجاز (بیش از ۶ فنجان قهوه یا ۱۶ لیوان چای در شبانه‌روز) و مصرف داروهای آرام‌بخش و خواب‌آور بود.

فراوانی و فراوانی نسبی در متغیرهای مورد بررسی محاسبه گردید، حجم نمونه با  $\alpha=0/05$ ، حدود ۹۵ نفر محاسبه شد. از نرم‌افزار SPSS 15 جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها استفاده شد.

## یافته‌ها

بر اساس نتایج این مطالعه، ۶۲ نفر (۶۵/۳٪) از بیماران آسمی در شروع خواب و ۷۵ نفر (۷۸/۹٪) از آنها در تداوم خواب مشکل داشتند و ۴۷ نفر (۴۹/۵٪)

از بیماران از خستگی و کسالت صبحگاهی رنج می‌بردند، پرخوابی در ۲۷ نفر (۲۸/۴٪) از بیماران مشاهده شد و ۴ نفر (۴/۲٪) از شرکت‌کنندگان به علت اختلالات خواب دچار اختلال در کارهای روزمره بودند، ۵۷ نفر (۶۰٪) از شرکت‌کنندگان در حین خواب خرناس می‌کشیدند و ۵۵ نفر (۵۷/۸۹٪) نیز از آپنه شاکی بودند. از بین بیماران ۳۳ نفر (۳۴/۷٪) از سندرم پای بی‌قرار رنج می‌بردند و از بین ۹۵ شرکت‌کننده، تنها ۱ نفر (۱/۱٪) در خواب راه می‌رفت. اختلال میکولونوس شبانه در ۲۳ نفر (۴۲/۲٪) از مبتلایان به آسم شرکت‌کننده در بررسی مشاهده شد.

۱۵ نفر (۱۵/۸٪) از بیماران از کابوس شبانه شاکی بودند. بر اساس نتایج این مطالعه، اختلالات خواب در افراد بالای ۴۰ سال مبتلا به آسم شایع‌تر بود (۶۴/۵٪)، همچنین اختلالات خواب در خانم‌های مبتلا به آسم شایع‌تر از آقایان بود (۵۸٪ خانم‌ها).

نتایج نشان داد که با افزایش طول مدت ابتلا به آسم، اختلالات خواب شدیدتر و شایع‌تر بودند. لازم به ذکر است که بر اساس نتایج این مطالعه، فراوانی اختلال خواب در بیماران آسمی متأهل بیشتر بود (۶۳/۹٪).

همچنین فراوانی اختلالات خواب در مبتلایان به آسم شاغل شایع‌تر بود (۵۶٪) و هرچه میزان تحصیلات بیماران آسمی بیشتر بود، اختلالات خواب کم‌تر می‌شد.

## بحث

طبق نتایج حاصل از این مطالعه، شایع‌ترین اختلال خواب در مبتلایان به آسم، مشکل در تداوم خواب بود که این یافته، مشابه یافته‌های سایر مطالعات می‌باشد. بر اساس یک مطالعه بزرگ که توسط ترنر- وارویک در انگلستان بر روی علائم شبانه در بیماران آسمی انجام شد، ۷۴ درصد این بیماران حداقل یک‌بار بیدار شدن در هفته و ۶۴ درصد آنها حداقل ۳ بار در هفته را گزارش کردند (۴). همین‌طور نتایج این مطالعه نشان داد که شیوع انواع اختلالات خواب از جمله خروپف، آپنه

همین طور این موضوع می تواند اثربخشی خواب را کاهش داده و در نتیجه این بیماران از خواب شبانه خوبی برخوردار نباشند.

یافته دیگر این مطالعه، این بود که فراوانی اختلالات خواب در سن بالا و نیز در خانمها شایع تر بود که این موضوع می تواند به دلیل زمان بیماری، پیشرفت بیماری و نیز شیوع بالاتر عوامل خطری همچون بالا رفتن وزن در این افراد باشد.

### نتیجه گیری

باتوجه به میزان بالاتر اختلالات خواب در بیماران مبتلا به آسم، انجام اقدامات تشخیصی و درمانی زودرس در این افراد توصیه می شود.

از جمله محدودیت های مهم این مطالعه می توان به حجم نمونه پایین و انجام تحقیق به صورت پرسشنامه ای و همین طور عدم اعتبارسنجی پرسشنامه در ایران اشاره کرد. انجام مطالعات دیگر با استفاده از روش های ثبت عینی خواب مثل پلی سومنوگرافی و اکتیوگرافی توصیه می شود.

خواب، سندرم پای بی قرار، خواب آلودگی روزانه، اختلال میوکلونوس شبانه و همین طور کابوس شبانه در مبتلایان به آسم بالا می باشد. این نتایج همسو با نتایج حاصل از مطالعات انجام شده توسط بوسکت و همکاران و ترنر و همکاران می باشد (۲ و ۴).

همچنین در مطالعه سلبی و همکاران گزارش شد که اثربخشی خواب بیماران آسمی، کاهش و میزان بیدار شدن شبانه و خواب آلودگی روزانه در این بیماران افزایش می یابد (۸). مطالعه دیگری که توسط گورال و همکاران انجام شد نشان دهنده شیوع بالای اختلالات خواب در بیماران آسمی بود. بر اساس نتایج این تحقیق، بیدار شدن های شبانه و نیز حملات تنفسی خواب و خواب آلودگی روزانه از شیوع بالایی در بیماران آسمی برخوردار است (۹).

به نظر می رسد عوامل مختلفی در افزایش میزان اختلالات خواب در بیماران آسمی دخیل باشد که از جمله آن ها می توان به حملات آپنه و هیپوپنه که به دنبال آن کاهش اکسیژن خون اتفاق می افتد اشاره کرد. همین موضوع می تواند باعث ایجاد حالت برانگیختگی و بیدار شدن های متوالی شبانه در بیماران آسمی شود.

### References

1. Sadock B, Sadock V. Synopsis of psychiatry. 10th ed. Philadelphia: Lippincott William & Wilkins. 2007;749-53.
2. Bousquet J, Jeffery PK, Busse WW, Johnson M, Vignola AM. Asthma. From bronchoconstriction to airways inflammation and remodeling. Am J Respir Crit Care Med. 2000; 161(5):1720-45.
3. Paul R, Richard B, James D. Clinical sleep disorders. 1st ed. Philadelphia: Lippincott William & Wilkins. 2005;254-90.
4. Turner-Warwick M, Epidemiology of nocturnal asthma. Amer J Med. 1988; (Suppl.18):6-8.
5. Teofilo L. Sleep medicine essential. 1st ed. New Jersey: Wiley-Blackwell. 2009;181-5.
6. Overeem S, Reading P. Sleep disorders in neurology. 1st ed. Wiley-Blackwell. 2011;3-14.
7. Roth T, Zammit G, Kushida C, Doghramji K, Mathias SD, Wong JM, et al. A new questionnaire to detect sleep disorders. Sleep Med. 2002;3(2):99-108.
8. Selby C, Engleman HM, Fitzpatrick MF, Sime PM, Mackay TW, Douglas NJ. Inhaled salmeterol or oral theophylline in nocturnal asthma? Am J Respir Crit Care Med. 1997;155(1):104-8.
9. Goral A, Lipsity JD, Muhsen K, GrossR. Depressive symptom, risk factors and sleep in asthma. Gen Hosp Psychiatry. 2012;34(1):17-23.