

AA07

Η σχέση μεταξύ αντικειμενικά εκτιμώμενων υπνικών παραμέτρων και της γνωστικής επιδείνωσης σε άτομα χωρίς Άνοια: προκαταρκτικά δεδομένα από την Κοόρτη Ηλικιωμένων της Κρήτης

Μαρία Μπάστα^{1,2}, **Ελένη Σκούρτη**¹, Αλέξανδρος Ζαμπετάκης¹, Ανδρόνικος Γαννιάρης¹, Χριστίνα Αλεξοπούλου³, Μαρίνα Αθιγιζάκη¹, Παναγιώτης Σίμος¹, Αλέξανδρος Βγόντζας^{1,2}

¹Ψυχιατρική Κλινική, Πανεπιστημιακό Γενικό Νοσοκομείο Ηρακλείου ²Sleep Research and Treatment Center, Department of Psychiatry, Penn State University, Hershey, PA, USA, ³Εργαστήριο Ύπνου, Μονάδα Εντατικής Θεραπείας, Πανεπιστημιακό Γενικό Νοσοκομείο Ηρακλείου

ΕΙΣΑΓΩΓΗ/ΣΚΟΠΟΣ: Οι διαταραχές ύπνου σχετίζονται με την γνωστική επιδείνωση και προηγούμενες μελέτες καταδεικνύουν ότι η μακρά διάρκεια ύπνου συνιστά αξιόπιστο δείκτη της βαρύτητας της γνωστικής έκπτωσης σε άτομα με Ήπια Γνωστική Διαταραχή (ΗΓΔ) και Άνοια. Τα αποτελέσματα προηγούμενης έρευνας που υλοποιήθηκε στην Κοόρτη Ηλικιωμένων της Κρήτης υποστηρίζουν την ύπαρξη σχέσης μεταξύ της αντικειμενικά εκτιμώμενης διάρκειας ύπνου με την επίδοση σε διάφορους γνωστικούς τομείς (μνήμη, προσοχή, ταχύτητα επεξεργασίας). Στην παρούσα έρευνα επιχειρείται η διερεύνηση της σχέσης μεταξύ ποσοτικών και ποιοτικών υπνικών παραμέτρων και της γνωστικής εξέλιξης σε άτομα χωρίς γνωστικά ελλείμματα και άτομα με Ήπια Γνωστική Διαταραχή, στο πλαίσιο διαχρονικού ερευνητικού σχεδιασμού.

ΥΛΙΚΟ & ΜΕΘΟΔΟΣ: Ένα υποσύνολο 62 συμμετεχόντων από την Κοόρτη Ηλικιωμένων της Κρήτης, που περιελάμβανε αρχικά 3.140 ηλικιωμένους της κοινότητας (>60 ετών) επανεξετάστηκε (Φάση III) σε διάστημα 8 ετών από την αρχική εκτίμηση (Φάση II). Οι συμμετέχοντες υπεβλήθησαν σε νευροψυχολογικό /νευροψυχιατρικό έλεγχο (Φάσεις II & III) και αντικειμενική εκτίμηση ύπνου με ακτινογραφία (Φάση II). Οι συμμετέχοντες διακρίθηκαν σε Γνωστικά υγιείς (ΓΥ, N=38) και άτομα με Ήπια Γνωστική Διαταραχή (ΗΓΔ, N=24) στην Φάση II και σε ΓΥ συμμετέχοντες (N=22), πάσχοντες από ΗΓΔ (N=27) και από Άνοια (N=13) στην Φάση III. Κατά τον επανέλεγχο, 34 συμμετέχοντες παρέμειναν σταθεροί και 28 παρουσίασαν γνωστική επιδείνωση. Εξετάστηκαν οι διαφορές ως προς τις μεταβλητές ύπνου μεταξύ των δύο ομάδων (με/χωρίς γνωστική επιδείνωση), υπολογίστηκαν οι διαφορές στις νευροψυχολογικές δοκιμασίες στις δύο φάσεις και ελέγχθηκαν οι συσχετίσεις με παραμέτρους ύπνου (βάσει ακτινογραφίας).

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ: Οι συμμετέχοντες με γνωστική επιδείνωση παρουσίασαν σημαντικά αυξημένη διάρκεια νυχτερινού(442±72.6min vs. 407±53.6min, p=0.033) και 24-ωρου ύπνου(484±78.9min vs. 434±66.4min, p=0.008),αυξημένη διάρκεια παραμονής στο κρεβάτι τη νύχτα (537±78.7min vs. 497±62.7min, p=0.03) και το 24-ωρο (603±85min vs. 539±85min, p=0.005). Η επιδείνωση στην επεισοδιακή μνήμη συσχετίστηκε με την νυχτερινή διάρκεια ύπνου (r=.316), την διάρκεια παραμονής στο κρεβάτι τη νύχτα και το 24ωρο (r=.526, και r=.442), τη μέση διάρκεια νυχτερινών αφυπνίσεων (r=.405) και τη συνολική διάρκεια αφύπνισης μετά την έναρξη του ύπνου (r=.351). Η επιδείνωση στην άμεση ανάκληση επεισοδιακής πληροφορίας συσχετίστηκε με την διάρκεια παραμονής στο κρεβάτι τη νύχτα (r=.338).

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ: Σχεδόν οι μισοί από τους ηλικιωμένους συμμετέχοντες επιδεινώθηκαν γνωστικά εντός 8ετίας και η προκύπτουσα γνωστική έκπτωση προβλέπεται από την διάρκεια ύπνου στην φάση της αρχικής εκτίμησης. Η αντικειμενικά εκτιμώμενη μακρά διάρκεια ύπνου/παραμονής στο κρεβάτι δύνανται να αποτελέσουν χρήσιμους προγνωστικούς δείκτες της γνωστικής επιδείνωσης σε ηλικιωμένους με ή χωρίς γνωστικά ελλείμματα.

