

# UYKUDA GASTROİSTESTİNAL SİSTEM

**Doç. Dr. Mustafa SAYGIN**  
**SDÜ Tıp Fakültesi Fizyoloji ABD**



# ÖĞRENME HEDEFLERİ

- Uyku ve reflü ilişkisini açıklayabilmek
- Uyku ve ince barsak hareketlerini tanımlayabilmek
- Uyku ve kalın barsak hareketlerini tanımlayabilmek
- Uyku ve reflü ve tedavisinin önemini açıklayabilmek

# AMAÇ

- Uyku ve gastrointestinal sistem ilişkisini öğrenmek.

# MİDE BAĞIRSAK BOZUKLUKLARI

- Mide bağırsak sisteminin fizyolojik çalışması, pek çok faktörden etkilenen kompleks bir yapıdır.
- Sistem bir yandan kendi intrinsek mekanizmalarıyla düzenlenirken bir yandan da merkezi sinir sisteminden etkilenir.

# MİDE-BAĞIRSAK HASTALIKLARININ GECE BELİRTİLERİ

- Gece uyku sırasında mide bağırsak sistemine ilişkin belirtiler sıkça görülür.
- En sık görülen belirti, epigastriyumda lokalize ağrıdır.

# GASTROÖZOFAGEAL REFLÜ

- Gastroözofageal reflü mide içeriğinin yemek borusuna kaçmasıdır.
- Uykuda gelişen reflü sırasında midede reflüyü, dolayısıyla alt özofagus sfinkterinde geçici bir gevşeme oluşmasını tetikleyecek bir kasılma oluşması söz konusu değildir.

# GASTROÖZOFAGEAL REFLÜ

- Uykuda ataklar daha az olmasına rağmen uzundur ve nötralize edilmesi uzun sürer.
- Yatar durumda yemek borusuna daha çok zarar verir.
- Sfinkterdeki gevşemelerin uykudan uyanma anında olduğunu ve bunu da reflüye sebep olduğu gösterilmiştir.
- Reflü de korunma yutkunma ve tükürük refleksi ile olur. Uykuda yutkunma sıklığı ve tükürük salgısı azalır.

# UYKUDA GASTROÖZOFOGAL REFLÜ HASTALIĞININ SOLUNUMSAL KOMPLİKASYONLARI

- Uykuda GER ile ilişkili öksürük, laringofarenjit ve astım alevlenmesi ile pulmoner aspirasyon görülür.
- Ayrıca uykuda oluşan reflü ile OSAS arasında ilişki vardır.
- Ayrıca GER olan hastalarda gün içi uyuklama sıklığı 2.6 kat, gün içi yorgunluk 4.5 kat arttığı bulunmuştur.

# MİDE VE İNCE BAĞIRSAK MOTİLİTESİ

- NREM uykuda mide motilitesinin azaldığı ve midenin elektriksel ritminde bozulmalar olduğu gösterilmiştir.
- İrritabl barsak sendromlu hastalarda REM uykusunun uzaldığı bir çalışmada gösterilmiştir.

# KALINBAĞIRSAK MOTİLİTESİ

- Uyku sırasında kolonda aktivitenin azaldığı saptanmıştır.
- Ayrıca uykudan ani uyanmada segmental kontraksiyonların uyarıldığı ortaya konulmuştur.

# TEDAVİ YAKLAŞIMLARI

- GER uyku pozisyonu ile ilişkilidir.
- Sol yan yatışlarda GER daha az görünür.
- Yatak başlığı ya da yastığın yükseltilmesi reflü sıklığını değiştirmemekle birlikte yemek borusunun temizlenme süresini %70 oranında iyileştirdiği gösterilmiştir.
- Ayrıca bazı ilaçlar, şişmanlık ve alkol uykuda GER oluşumunu arttırmaktadır. Bu nedenle yemekler erken yenilmelidir.

# TEDAVİ YAKLAŞIMLARI

- Tedavi (ilaç veya cerrahi) göğüs ağrısı şikayetlerini ortadan kaldırır.
- NREM uykuda artış, uyku kalitesi ve gün içi uykulukta düzelmeler olur.
- OSAS' lılarda tedavi GER üzerine yararlı etkileri vardır.



*Teşekkürler*

▪ TEŞEKKÜRLER

▪ SORULAR?

# DERS NOTLARIMI

saglikveuyku.com

adresinden indirebilirsiniz.

