

UYKUDA EKSTREMİTELERİN PERİYODİK HAREKET BOZUKLUĞU

Doç. Dr. Mustafa SAYGIN

SDÜ Tıp Fakültesi Fizyoloji ABD.



ÖĞRENME HEDEFLERİ

- Uyku ekstremitelerin periyodik hareket bozukluğunu tanımlayabilmek.
- Uyku ekstremitelerin periyodik hareket bozukluğunun tedavisini açıklayabilmek.

AMAÇ

- Uyku ekstremitelerin periyodik hareket bozukluğunu öğrenmek.

UYKUDA EKSTREMİTELERİN PERİYODİK HAREKET BOZUKLUĞU

- Uykuda periyodik bacak hareketleri (PLMS), uykuda özellikle alt ekstremitelerde, ortaya çıkan periyodik, tekrarlayıcı ve oldukça stereotipik hareketler olarak tanımlanır.
- Hareketler; ayak parmaklarının dorsifleksiyonu, ayak bileği dorsifleksiyonu ve diz, bazen de kalça ekleminde kısmi fleksiyonla şekillenir.
- Uykuda periyodik bacak hareketleri, ilk olarak, Symonds tarafından **'noktürnal miyoklonus'** adıyla tanımlanmıştır.

UYKUDA EKSTREMİTELERİN PERİYODİK HAREKET BOZUKLUĞU

- Yeni kriterlere göre hareketin süresi 0,5-10 sn, hareketler arası süre 5-90 sn ve ardışık hareket sayısı en az dört veya daha fazla olmalıdır.
- Bu kriterlere uyan hareketlerin bir saatlik uykudaki sayısı PLM indeksi olarak tanımlanır.
- PLM tanısı için bu indeksin çocuklarda $5 >$, yetişkinlerde $15 >$ olarak bulunması gerekmektedir.

UYKUDA EKSTREMİTELERİN PERİYODİK HAREKET BOZUKLUĞU

- Periyodik hareketler sadece uykuda değil, uyanıklık dönemlerinde de ortaya çıkabilir.
- Huzursuz bacaklar sendromu (RLS) hastalarında görülen uyanıklıkta periyodik bacak hareketleri, görülen uyanıklıkta periyodik bacak hareketleri, görünüm olarak uykuda PLMS' ye benzer; ancak daha uzun sürelidir.
- Uyanıklıkta periyodik bacak hareketleri kayıtları, RLS tanısı için önerilen **hareketsizlik testi** ile saptanabilir.

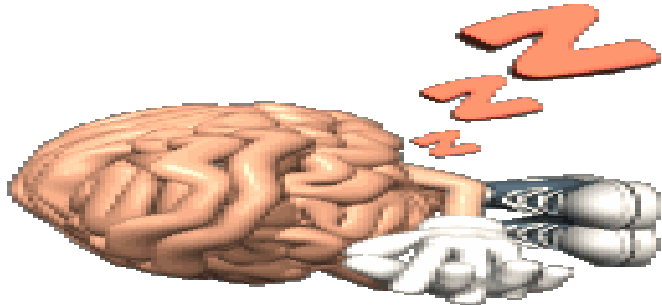


UYKUDA EKSTREMİTELERİN PERİYODİK HAREKET BOZUKUĞU

- RLS' de uyanıklıkta periyodik bacak hareketlerinin varlığının gösterilmesi, tanıda PLMS' ye göre daha yüksek sensitivite ve spesifisiteye sahiptir.
- PLMS varlığının uyku-uyanıklıkla ilgili şikayetlere yol açığının düşünülmesi nedeniyle, polisomnografik tetkiklerde PLMS kaydı rutin olarak önerilmektedir.
- PLMS' nin geceden geceye değişkenlik göstermesi, tanı amaçlı olarak iki gecelik kaydı gerektirebilmektedir.
- **Aktigrafiyle** birkaç gece kayıt, tanıyı kolaylaştırabilir; ancak bu yöntemin geçerliliği henüz kanıtlanmış değildir.

UYKUDA EKSTREMİTELERİN PERİYODİK HAREKET BOZUKUĞU

- PLMS' ye çoğunlukla kortikal ve otonom uyanıklıklar eşlik eder.
- Elektroensefalografide saptanan kortikal uyanıklıklar, uyanıklık reaksiyonu olarak adlandırılır ki, dinlendirici olmayan uyku ve uyku bozukluğuyla ilişkili olduğu düşünülmektedir.
- Hareketlerin nispi sıklığı, süresi ve kortikal uyanıklıklarla birlikteliği, NREM 1 ve 2 evrelerinde, REM uykusuna göre daha fazladır.



UYKUDA PERİYODİK BACAK HAREKETLERİ VE UYKU BOZUKLUĞU

- Subjektif uyku şikayetleri ile PLMS arasındaki ilişki, çelişkilidir.
- Uykuda periyodik bacak hareketleri; **uykuya dalma zorluğu, gece içi sık uyanma, sabah erken uyanma ve gündüz aşırı uykululuk gibi birçok uyku ve uyanıklık şikayetleriyle** birliktelik gösterebilir.

UYKUDA PERİYODİK HAREKET BOZUKLUĞU VE DİĞER HASTALIKLAR

- PLMS, en sık huzursuz bacaklar sendromu (RLS) hastalarında görülmektedir.
- Obstrükrif Uyku Apne Sendromu (OSAS) hastalarında da, PLMS oldukça sık görülür.
- Bu hastalarda PLMS, anormal solunum olaylarıyla ilişkili olarak ortaya çıkacağı gibi, anormal solunum olaylarından bağımsız olarak da görülebilir.
- Sürekli pozitif havayolu basıncı tedavi esnasında, OSAS'ın derecesine bağlı olarak PLMS artabilir veya azalabilir.

PATOFİZYOLOJİ

- Uykuda periyodik hareket bozukluğunun (PLMS) patofizyolojisi, henüz net olarak açıklanamamıştır.
- Yapılan çalışmalarda PLMS öncesinde kortikal potansiyellerin var olmadığının gösterilmesi, hareketleri başlatan yapının serebral korteks dışında bir sinir sistemi bölgesi olduğunu desteklemektedir.



PATOFİZYOLOJİ

- Patofizyolojilerinde dopaminerjik sistemin rol oynadığı bilinen huzursuz bacaklar sendromu (RLS), narkolepsi ve REM uykusu davranış bozukluğu gibi hastalıklarda sık birliktelik göstermesi nedeniyle, PLMS'nin de dopaminerjik sistemlerle ilişkili olduğunu düşündürmektedir.
- RLS'nin sıçan modelinde, A11 dopaminerjik çekirdeklerinin subkortikal lezyonunun PLMS'ye neden olduğu gösterilmiştir.
- Dopaminerjik ilaçların RLS, narkolepsi ve RBD hastalarında PLMS'yi azalttığı gösterilmiştir.

UYKUDA PERİYODİK BACAK HAREKETLERİ VE UYKU BOZUKLUĞU

- Klinik yaklaşım açısından, bacak hareketlerinin sıklıkla EEG'de saptanan uyanıklık reaksiyonlarıyla birlikte olduğu ve bu uyanıklık reaksiyonlarının yokluğunda hastalarda uyku ve uyanıklık Őikayetlerinin görülmediği kabul edilir.
- Uykusuzluk ve gündüz aşırı uykululuk yakınması olan hastalarda PLMS, farklı özellikler gösterir.
- Uyku bölünmesi, artmış uyanıklık süresi, gece kısa uyku süresi, artmış derin NREM uyku latansı ve bozuk uyku etkinliği indeksine sahip olan hastalarda uykusuzluk Şikayeti daha belirgindir.

UYKUDA PERİYODİK BACAĞ HAREKETLERİ VE UYKU BOZUKLUĞU

- Prevelans; 18.980 kişi üzerinde yapılan bir çalışmada %3,9'dur ve kadın cinsiyet, kahve, stres ve mental hastalık ilişkisi ortaya konulmuştur.
- Çocukluk ve ergenlik döneminde nadiren görülür.
- Uykusuzluk şikayeti olan hastaların %13,3'ünde, aşırı uykululuk şikayeti olan hastaların ise %6,9'unda PLMS varlığı saptanmıştır.
- OSAS hastalarında PLMS oldukça sık görülür.

UYKUDA PERİYODİK BACAK HAREKETLERİ VE UYKU BOZUKLUĞU

- Klinik Őikayetlerden bağımsız olarak PLMS, uyku sırasındaki bazı fizyolojik deđiŐkenleri olumsuz yönde etkileyebilir.
- Kalp hızında, EEG spektrumunda, ve kan basıncında PLMS ile ilişkili deđiŐikliklerin olduğu gösterilmiştir.

TEDAVİ

- PLMS için tedavi önerileri çoğunlukla, huzursuz bacak sendromu olan hastalarda yapılan çalışmalardan kaynaklanmakta; L-dopa ve dopamin agonistleri, tedavide ilk seçenek olarak düşünülmektedir.
- Buna karşın, PLMS hastalarında, L-dopanin PLMS ve diğer uyku şikayetleri üzerindeki etkilerini araştıran kontrollü klinik bir çalışma bulunmamaktadır.





Teşekkürler

SORULAR?

DERS NOTLARIMI

saglikveuyku.com

adresinden indirebilirsiniz.

