Zeitschrift: Parkinson : das Magazin von Parkinson Schweiz = le magazine de Parkinson Suisse = la rivista di Parkinson Svizzera

Herausgeber: Parkinson Schweiz

Band: - (2008)

Heft: 90: Schlafstörungen bei Parkinson = Troubles du sommeil et Parkinson = Il disturbi del sonno nel Parkinson

Artikel: Quando i sogni imparano a camminare

Autor: Oberholzer, Michael / Rothweiler, Jörg

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-815571

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 13.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Quando i sogni imparano a camminare

Il problema è noto, eppure se ne sa ancora molto poco: alcuni pazienti parkinsoniani diventano sonnambuli. Ora un trio di ricercatori dell'Ospedale universitario di Zurigo intende studiare il fenomeno.

Di Michael Oberholzer/jro

La malattia ruba il sonno a parecchi pazienti parkinsoniani. Da un canto essi lamentano sovente disturbi del sonno ben noti anche alle persone sane, quali le difficoltà d'addormentamento e i risvegli frequenti. D'altro canto taluni disturbi specifici del Parkinson, come il tremore notturno e i crampi muscolari, ma anche le allucinazioni e altri stati confusionali nella fase di transizione tra il sonno e la veglia, impediscono loro di godere di un riposo ristoratore. A ciò si aggiungono le distonie, i dolori, la rigidità (acinesia), il bisogno di urinare o l'incontinenza, che possono trasformare la notte in una tortura.

Molteplici problemi durante la notte

Mentre ci si addormenta, ma anche durante il sonno non onirico (NREM), si possono manifestare la «sindrome delle gambe senza riposo» (sensazioni sgradevoli, dolorose nelle gambe, irrequietezza) o disturbi analoghi. La loro frequenza nei malati di Parkinson è stimata al 40 %. Durante l'assopimento e nel sonno NREM si verifica una diminuzione tipica del tremore, ma può anche accadere che un forte tremore impedisca di addormentarsi.

Il problema del sonno più citato dai pazienti è l'acinesia (a volte presente anche durante il giorno), contro la quale gli usuali farmaci antiparkinson possono purtroppo fare poco. Altri disturbi menzionati sovente – ma reputati meno fastidiosi – risiedono nei movimenti periodici delle gambe, negli spasmi muscolari più intensi, ma irregolari, e nelle contrazioni prolungate delle estremità durante il sonno non REM.

Più raramente si osservano delle parasonnie, ovvero fenomeni indesiderati che solitamente hanno un'espressione motoria e che sono (quasi) sempre associati al sonno, rispettivamente che sopravvengono durante il sonno. Esse vengono classificate in funzione dello stadio del sonno durante il quale compaiono.

Prima del risveglio, taluni pazienti avvertono contrazioni dolorose delle estremità, tipicamente delle gambe o dei piedi (distonia mattutina del piede), che solitamente rispondono bene ai farmaci antiparkinsoniani con un'emivita più lunga.

Alcuni – pochi – pazienti percepiscono un netto, seppur temporaneo, miglioramento della mobilità e dello stato generale già prima di assumere la prima dose mattutina di farmaci. Questo «sleep benefit» non ha alcuna spiegazione scientifica.

Fiacchi e stanchi sin dal mattino

Benché vari studi dimostrino che oltre il 60 % dei malati di Parkinson soffre di problemi del sonno, siamo ben lungi dall'aver esplorato a fondo i disturbi notturni.

A proposito del questionario allegato alla rivista

«Partecipate al sondaggio!»

Cara lettrice, caro lettore

Noi studiamo sistematicamente i problemi del ciclo sonno-veglia. Ora intendiamo stabilire – con il vostro aiuto – se il sonnambulismo si manifesta più sovente nei pazienti parkinsoniani e se esiste un nesso con talune peculiarità della malattia o con altri disturbi del sonno. Parkinson Svizzera sostiene la nostra ricerca, e per questa ragione ha allegato il nostro questionario a questo numero della rivista.

Il nostro studio sarà tanto più rappresentativo quanto più numerosi saranno i malati di Parkinson che ci rispediranno il questionario. I vostri dati saranno trattati con la massima riservatezza e verranno utilizzati solo in forma anonima e a scopi scientifici. In un secondo tempo, magari vi contatteremo telefonicamente per invitarvi nel nostro ospedale in vista di un colloquio e di una visita più approfonditi.

Vi preghiamo di ritornare il questionario compilato entro il 31 agosto 2008.

Per ragioni attinenti all'analisi e alla comparabilità dei dati, il questionario è purtroppo disponibile solo in lingua tedesca: ce ne scusiamo e contiamo sulla vostra comprensione.

Grazie di cuore per la partecipazione!

Prof. Dr. med. Claudio Bassetti, Dr. med. Rositsa Poryazova e pract. med. Michael Oberholzer

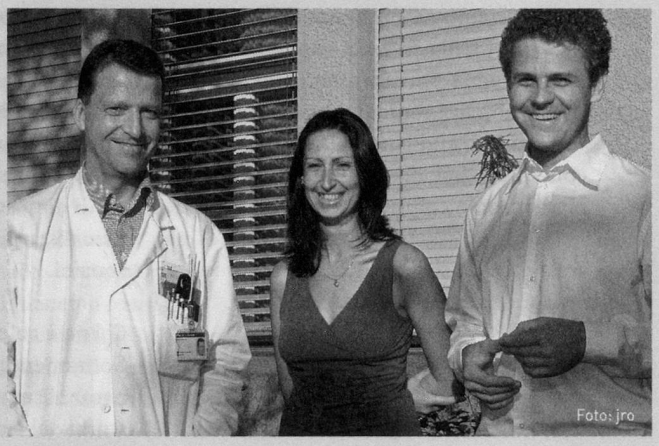
Foto: jro

Fra i fenomeni più studiati vi è la frequente stanchezza diurna. Le persone che ne sono colpite devono recuperare il sonno durante il giorno, oppure si addormentano involontariamente. Nei casi estremi, è possibile che si instauri un'inversione del ritmo giorno-notte. La stanchezza diurna trae spesso origine dal peggioramento della qualità del sonno, come pure da episodi depressivi. Essa può però anche essere provocata dalla sindrome delle apnee ostruttive nel sonno o dalla sindrome delle gambe senza riposo. Inoltre anche taluni medicamenti antiparkinsoniani (quali ad esempio gli agonisti della dopamina) possono causare sonnolenza e attacchi di sonno durante il giorno. Recentemente si è altresì dimostrato che negli stadi avanzati del Parkinson nel cervello si verifica una perdita di cellule nervose responsabili della produzione di ipocretina, una sostanza che aiuta a mantenere lo stato di veglia. Un livello insufficiente di ipocretina può cagionare la stanchezza diurna.

Svegliarsi al mattino sul pavimento...

I ricercatori dedicano grande attenzione al disturbo comportamentale nel sonno REM, una parasonnia REM che si manifesta nel Parkinson e in altre malattie degenerative del sistema nervoso. Essa si distingue per un'accresciuta attività muscolare nella fase REM (sonno con attività onirica intensa), durante la quale nella persona sana la muscolatura è invece completamente rilassata. Ciò può portare il paziente a «vivere» i sogni: egli grida, ride, si dibatte, sussulta o compie dei balzi, arrivando persino a cadere dal letto.

Stando a vari studi, il 30 – 50 % dei pazienti parkinsoniani soffre di questo disturbo del sonno, che tra l'altro può comparire con anni di anticipo sui primi sintomi del Parkinson. La diagnosi può – ma non deve – essere ardua: di regola, essa è facilitata da un partner costantemente disturbato nel sonno, o addirittura vittima di botte involontarie. Da parte sua, solitamente il paziente stesso sogna, e quindi non si accorge di nulla. In caso di disturbi del sonno persistenti, di ferimenti durante il sonno o di accresciuta stanchezza diurna sarebbe opportuno effettuare un esame nel laboratorio del sonno. Il trattamento medicamentoso ha successo nel 90% circa di tutti i casi.

...o andare a passeggio durante la notte

Sebbene non di rado i due disturbi compaiano insieme, a volte è difficile distinguere la parasonnia REM appena descritta dal sonnambulismo, una parasonnia che si manifesta durante il sonno non onirico NREM. Il sonnambulismo va inoltre differenziato chiaramente dagli attacchi di epilessia notturna.

Al risveglio i pazienti sonnambuli non ricordano niente delle azioni – anche complesse – compiute durante il sonno, che possono variare dal semplice camminare in giro per la camera, al mescere bevande e cucinare pasti, alle passeggiate fuori dall'uscio di casa. Se i sonnambuli si svegliano durante uno di questi episodi, sono confusi e non riescono a spiegarsi la situazione. Giacché il sonnambulismo comporta un elevato rischio di ferimento, è importante diagnosticarlo e trattarlo. Anzitutto occorre però rendere sicuro l'ambiente in cui la persona vive. La terapia medicamentosa è efficace in molti casi.

Uno studio svizzero per fare chiarezza

A tutt'oggi non è chiaro se questo disturbo del sonno è più frequente nel Parkinson. I dati disponibili in materia sono rari, e sovente non poggiano su una base solida. Ora il fenomeno sarà studiato con maggiore attenzione presso il Policlinico dell'Ospedale universitario di Zurigo (vedi l'intervista a p. 35 e il questionario annesso alla rivista). I primi risultati dello studio – attesi per la primavera 2009 – saranno pubblicati sulla rivista **Parkinson**. ▪