

OSAS VE KOGNİSYON

Dr. Erhan Akıncı

Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Tıp Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları AD.

İnsan yaşamının neredeyse üçte birini kaplayan uykunun yenileyici ve düzenleyici birçok işlevi bulunmaktadır. Uyku vücudun fizyolojik olduğu kadar ruhsal ve bilişsel yönden en temel gereksinimlerinden biri olup, öğrenme ve bellek işlevlerinin gelişmesinde ve sürdürülmesinde önemlidir. Kaliteli bir uyku, özellikle de yavaş dalga ve REM uykusu, bellek konsolidasyonu ve sinaptik homeostatik plastisite rekabirasyonu için önemlidir. Uyku yoksunluğunda karar verme yeteneği ve öğrenme olumsuz yönde etkilenir, gündüz uykululuk nedeniyle yaşam kalitesi düşer ve kaza gelişme riski artar.

Toplumun yaklaşık %2-4'ünü etkileyen obstrüktif uyku apne sendromu (OSAS), çeşitli derecelerde kognitif, emosyonel ve performans bozukluklara neden olmaktadır. OSAS'lı hastada uyku boyunca tam veya kısmi farengal tıkanıklık sonucunda aralıklı hipoksik hecmeler, reoksijenasyon, hiperkapni ve uykuda bölünmeler görülür. Hipoksi veya hiperkapniye eşlik eden artmış solunumsal çabanın neden olduğu artmış uyanıklık reaksiyonları uykuda sık bölünmelere ve uyku kalitesinde düşmeye yol açar. OSAS'ın yol açtığı kognitif bozulma çok etmenli nedenlerin bir sonucudur; Uyku kalite ve yapısındaki bozulmalar, hücresele düzeyde fonksiyonel homeostazın bozulması, nöroinflamasyon, noktürnal serebral iskemi ve anoksik beyin hasarı bu nedenlerden bazılarıdır. OSAS hastalarında beyinde, özellikle de frontal ve hipokampal bölgelerde hipotrofik yapısal değişikliklerin olduğu bildirilmektedir. Klinik anlamda ise OSAS'lı hastalardaki kognitif kayıplar bellek sorunları, dikkat eksikliği, odaklanma güçlüğü, planlama ve karar verme yeteneğinde azalma biçimindedir. Sürekli hava yolu basıncı (CPAP) uygulamasının her ne kadar OSAS nedeniyle oluşan kognitif bozuklukların düzelmesi üzerine etkili olduğu gösterilmiş olsa da, kısa dönem bellek gibi bazı kognitif kayıpların tedaviye rağmen devam ettiği belirtilmektedir. Bu durum, tedavi edilmemiş OSAS'a bağlı anoksik beyin hasarının neden olduğu geri dönüşsüz kognitif kayıpları göstermesi açısından önemlidir.

Bu panelde, tedavi edilmemiş OSAS'ın kognisyon üzerine olumsuz etkilerinin ayrıntılı bir biçimde ele alınması amaçlanmıştır.

KAYNAKLAR

1. Yılmaz H. (2016) Uykuda fizyoloji ve uykunun işlevi. Uyku Bozuklukları Tanı ve Tedavi Kitabı, E Akıncı, FÖ Orhan, MM Demet (Ed), Ankara. Türkiye Psikiyatri Derneği Yayınları, s. 19-31.
2. Rosenzweig I, Glasser M, Polsek D, Leschziner GD, Williams SC, Morrell MJ (2015) Sleep apnoea and the brain: a complex relationship. Lancet Respir Med. 3(5):404-14.
3. Akıncı E. (2018) Solunumla İlişkili Uyku Bozuklukları, DSM-5'in Yeni Tanıları, Çiçek Hocaoglu (Ed), Türkiye Klinikleri, s. 53-9.
4. Naegele B, Pepin JL, Levy P, Bonnet C, Pellat J, Feuerstein C (1998) Cognitive executive dysfunction in patients with obstructive sleep apnea syndrome (OSAS) after CPAP treatment. Sleep 15;21:392-7.