

PATOLOJİK RÜYA

Dr. Utku Oğan AKYILDIZ

Adnan Menderes Üniversitesi Tıp Fakültesi, Nöroloji Anabilim Dalı

İnsanoğlu ilk uykuya dalıp uyandığından itibaren rüyalarının peşindedir. Ne demek istiyorlar, ne anlatıyorlar bilmek istemişlerdir. Kimileri rüyaya tanrısal bir anlam katıp mesajlarını anlamak isterken bazıları ise hem kötülük hem de iyilik görmüşlerdir. Bilimsel olarak bilimsel ilk yazılar 18. Yüzyılın sonlarına dayanmaktadır. 1907'de "Pathology of Dreams" isimli yayın Journal of the American Medical Association'da yayınlanmıştır. Yazıda dikkati çeken bir "bilimsel ilerlemeye karşı uyku ve rüya üzerinde hala birçok bilinmeyen bulunmaktadır" cümlesidir. Ki bu cümle halen günümüz için de geçerliliğini korumaktadır.

"Patolojik rüya" nedir? Kime/neye göre patolojik, kime/neye göre normal sayılmalıdır. Bunu iki grup halinde sınıflandırabiliriz. Birincisi yapının bozuklukları, ikincisi de içeriğin bozukluklarıdır. Yapının bozukluklarında, rüyanın anatomik yapılandırılmasındaki bozukluklarını içermektedir. Bu grupta NREM rüya patolojileri (uyku terörü) ve REM rüya patolojileri (REM uykusu davranış bozukluğu, uyku paralizisi) yer almaktadır. İçeriğin bozulmasında ise daha subjektif bir grup bulunmaktadır. Bunlar kötü uyku içeriği ve egodistonik rüyalardır.

Rüya İçerik Bozukluğu;

Patolojik rüyayı içerik olarak sınıflandırmak ve patolojik olan ve olmayan olarak ayırmak, tek görgü şahidinin olması ve hatırlanma güçlüğü nedeni ile zor olmaktadır. Bununla birlikte Hall ve van de Castle'nin sınıflaması bu konuda yardımcı olmaktadır. Bu sınıflamada rüya içeriği 150'den fazla skala ile değerlendirilmektedir. Bilindiği gibi rüya temeli ana olarak üç teori ile tanımlanmıştır. Psikoanalitik, fizyolojik ve nörokognitif. Psikoanalitik temelli yaklaşımda Freud öncülüğünde, özellikle REM rüyalarının sembolik anlamlar ile yer değiştirmelerin kullanıldığı bir durumu yansıtmaktadır. Patolojik rüya olarak tanımlanan bir durum dışında egonun istek ve arzularının bir yansıması olarak betimlenmektedir. Hall ve Nordby'nin devamlılık hipotezine dayanarak içeriğin rahatsız ediciliği aslında günlük yaşantıdaki rahatsız edici durum ve kaygıların rüyaya uzanması olarak değerlendirilebilir. Hobson'un fizyolojik temelli aktivasyon-giriş-modülasyon teorisine göre duysal girdiler, nörotransmitterler ve beyin farklı bölgelerinin aktivasyonu rüyayı belirleyip bu sistemdeki bozukluklar rüya içeriğinin egodistonik olmasına neden olmaktadır. Örneğin, kullanılan antidepresan ilaçlar (SSRI) rüya içeriğini bozup kabuslara neden olabilmektedir. Nörokognitif teoriye göre, rüya, nöronal ağın konsolidasyonu ve bellek ile içeriğin oluşmasını sağlamaktadır. Nöronal ağın konsolidasyonundaki yetersizlikler ve bellek içeriğindeki olaylar rüyanın içeriğini bozabilmektedir. Özellikle hipokampal bölge ve amigdalanın aktivasyonu rüya içeriğini belirgin olarak değiştirmektedir. Aktif olan prefrontal korteks rüya içeriğinin tuhaflığı ile yakından ilişkili olduğu görülmektedir. Klasik içerik bozuklukları olarak otonom aktivasyonun da ön planda olduğu NREM rüyalarının patolojisi uyku terörleridir. Daha sıklıkla pediatrik çağda gözlenirse de erişkin dönemde de izlenmektedir. Mutlak amnezi izlenmeyip deneyim sahipleri kısmen rahatsız edici rüyayı tanımlayabilmektedir. Diğer bir içerik bozukluğu REM rüyaların patolojisi olan kâbus bozukluğudur. Deneyim sahibi rüya içeriğini daha belirgin olarak hatırlamakla birlikte otonom bulgular NREM rüya bozuklukları kadar değildir. Nörotransmitterlerin ve kullanılan ilaçların (özellikle antidepresanların) etkisi bilinmektedir.

Patolojik rüyanın yapısal bozukluklarında ise rüya içeriğinin etkilenmesi ile birlikte ya da değil fizyolojik kaskatlarının bozukluğunu tanımlamaktadır. REM uykusu davranış bozukluğunda, rüya içeriği ile birlikte rüya sırasında ortaya çıkan fizyolojik atoninin kaybı ile ilişkilidir. Sıklıkla nörodegeneratif hastalıkların (özellikle sinükleinopatiler) öncül bulgusu olarak karşımıza çıkmaktadır. REM'de atoni yaratan subcoeruleus kompleksinin dejenerasyonu sonucu ortaya çıkmaktadır. Bununla birlikte REM uykusu davranış bozukluğu sırasında ortaya çıkan rüya içeriğinin egodistonik olması beyinsapı hipotezi ile açıklanan, atoniyi kaybeden kaslardan kaynaklanan seyirmelerin sensorimotor korteksi uyarıp limbik sistemin aktivasyonudur.

Patolojik rüyayı tanımlamak zordur. Rüyanın yapısal bozuklukları motor fenomen olarak tanımlanması daha kolay olsa da içeriğin bozulmasını tanımlamak zordur. Aynı rüya içeriği, kiminde hoşnutluk kiminde ise hoşnutsuzluk yaratabilir. 1907'de "Pathology of Dreams" isimli yayında belirtildiği gibi "bilimsel ilerlemeye karşı uyku ve rüya üzerinde hala birçok bilinmeyen bulunmaktadır".