

睡眠障礙使人處在巴金森氏症的高風險中

來自美國國家衛生研究院（NIH）的數據顯示每年患有巴金森氏症，並且暴露於其他神經退化性疾病中如阿：滋海默症約有 50,000 名美國人，研究人員仍然沒有完全明白究竟是什麼原因導致了巴金森氏症，但是他們已經發現了一些可能導致患上這種疾病的危險因素，包括年齡、性別、遺傳基因…等，但是要在早期確認哪些人可能患有巴金森氏症仍然是一項很大的挑戰。

加拿大蒙特利爾麥吉爾大學的一組研究人員研究快速動眼期睡眠行為障礙簡稱為（RBD）是否與巴金森氏症有關，夜晚的睡眠大概有 20% 的時間是處於動眼期（REM），也就是一般說的做夢期，通常在後半夜發生。雖然所有的人都會有做夢期，但是一般人在做夢時並不會動，因為大腦會讓人在做夢時肌肉暫時癱瘓；而 RBD 的患者則是失去了抑制的能力，而做出在夢境中的動作。研究指出許多患有 RBD 的人較容易患上巴金森氏症，因此麥吉爾大學的研究小組研究 RBD 的診斷是否可以準確預測巴金森氏症。作為第一位作者的 Ron Postuma 博士及他的同事們解釋，RBD 確實是一個很好判斷巴金森氏症的潛在預測因子，未來有助於專家們作為一種鑑別的方法，並有效延遲或阻止這種神經系統的疾病發作。

為了強化 RBD 與巴金森氏症兩者的關連性，這項研究被發表於經神病學期

刊上，研究人員與 24 個 RBD 國際研究中心合作共有 1,280 名患有 REM 睡眠行為障礙的人參與這項實驗，研究人員多年來評估參與者的運動功能、認知能力和感覺能力，經過 12 年的追蹤，有 73% 的人患有巴金森氏症，此外，有運動功能問題的參與者患有巴金森氏症或患有其他神經性疾病的風險增加了三倍，他們開始出現了認知障礙或嗅覺問題，這些發現證實了 RBD 確實是預測巴金森氏症強而有力的判斷依據，研究人員隨後也在北美、歐洲和亞洲進行了同樣的研究，結果顯示此判斷方法適用於不同的人群。