

BİPOLAR BOZUKLUKTA MANİK EPİZOD SIRASINDA UYKU DESENİ VE PARAMETRELERİNİN İZLENMESİ

Esra Kabadayı Şahin¹, Mustafa Uğurlu¹, İpek Altunay², Gülsüm Zuhul Kamış², Ezgi Çisil Erdoğan³, Görkem Karakaş Uğurlu¹

¹Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Ankara

²Ankara Bilkent Şehir Hastanesi Psikiyatri Kliniği, Ankara

³East London NHS Foundation Trust, London UK

Giriş: Giriş ve Amaç: Bipolar afektif bozukluk (BAB), manik ve depresif epizotlarla karakterize bir duygudurum bozukluğu olup bu epizotlar genellikle uykunun yapısı ve düzeninde pek çok farklı bozulmalarla seyrederek. Uyku parametrelerinin takibi, hastaların iyileşme süreçlerinin anlaşılmasına yardımcı olabilir. Bu çalışmanın amacı, BAB manik epizot hastalarında uyku parametrelerini aktigrafik olarak izlemek ve zaman içindeki değişimlerini değerlendirmektir.

Yöntemler: Yöntem: Çalışmaya BAB manik epizot tanısı alan 18 yatan hasta dahil edilmiştir. Hastaların uyku parametreleri, giyilebilir Fitbit cihazları kullanılarak yaklaşık 30 gün boyunca izlenmiştir. İncelenen uyku parametreleri arasında REM uykusu süresi, derin uyku süresi, hafif uyku süresi, uyanıklık süresi, toplam uyku süresi ve uyku verimliliği bulunmuştur. Parametreler, doğrusal regresyon ve Spearman korelasyonu ile analiz edilmiştir. Etik kurul izni alınmıştır (Ankara Şehir Hastanesi 2 Nolu Klinik Araştırmalar Etik Kurulu, Tarih:06.12.2023 No:E2-23-5837).

Sonuçlar: Bulgular: Analizler, REM uykusu süresi ($r=-0.12$, $p=0.5332$) ile anlamlı bir değişim olmadığını göstermiştir. Hafif uyku süresinde başlangıçta anlamlı bir değişim görülmezken

($r=-0.06$, $p=0.7470$) 24.günden sonra hafif bir azalma görüldü. Yatakta geçirilen sürede ($r=-0.03$, $p=0.8721$) anlamlı bir eğilim gözlemlenmezken, toplam uyanıklık süresi ($r=-0.60$, $p=0.0007$) zamanla anlamlı şekilde azalmıştır. Derin uyku süresi erken dönemde anlamlı bir şekilde azalırken ($r=-0.48$, $p=0.0097$), 26.günden sonra belirgin bir artış görülmüştür. Segmentli doğrusal regresyon analizlerinde uyku verimliliğinin genel olarak anlamlı bir artış gösterdiği ($r=0.85$, $p<0.001$), bu artışın özellikle 6-10. günler ve 21-29. günlerde daha belirgin olduğu saptanmıştır.

Tartışma ve Sonuç: Sonuç: Bu çalışma, yalnızca toplam uyku süresindeki artışla sınırlı kalmamış, aynı zamanda uyku yapısındaki kaliteyi yansıtan göstergelerde de anlamlı iyileşmelere işaret etmiştir. Uyku etkinliğindeki düzensizlikler, bipolar bozukluklarda akut epizotların sürdürücüsü olabilmekte; dolayısıyla bu göstergedeki iyileşme klinik prognoz açısından umut verici bir bulgudur. Aktigrafik izlem, bu hastaların tedavi süreçlerinde uyku düzeni ile ilgili değerli bilgiler sağlayabilir.

Anahtar Kelimeler: Bipolar bozukluk, manik epizot, uyku