



Zaburzenia snu u chorych na alergię w grupie 65+

Magdalena Jabłońska, Antoni Grzanka, Filip Raciborski

Zakład Profilaktyki Zagrożeń Środowiskowych i Alergologii, Warszawski Uniwersytet Medyczny

Wprowadzenie

Powiązanie zaburzeń snu z chorobami alergologicznymi jest rzadkim tematem badań naukowych. Korzystając z dużego wolumenu danych zebranych w ramach Narodowego Programu Zdrowia w latach 2016-2020 Cel Operacyjny nr 1: Poprawa sposobu żywienia, stanu odżywienia oraz aktywności fizycznej społeczeństwa przedstawiamy uzyskane wyniki.

Cel

Przedstawienie związku między występowaniem alergii i zaburzeń snu w grupie osób powyżej 65 lat.

Metodyka

Zastosowano badanie ankietowe, które było częścią programu badawczego NPZ. Wyodrębniono grupę osób w wieku od 65 lat (N=301). Z tej grupy utworzono podgrupy kontrolną i badawczą (alergicy). Jakość snu oceniano na podstawie Ateńskiej Skali Bezsennaści skonstruowanej z ośmiu stwierdzeń, które dotyczą symptomów bezsennaści oraz dwóch pytań dodatkowych.

Wyniki

U osób, mających alergię sen był oceniony średnio o jeden punkt gorzej, alergicy spali krócej. Aż 39% chorych na alergię spało 6 godzin lub mniej w porównaniu do 13% takich osób w grupie kontrolnej. Współczynnik korelacji Spearmana między alergią a długością snu jest równy 0,15 i jest różny od zera w sposób istotny statystycznie. Natomiast sen w weekend jest dłuższy. Tutaj korelacja między występowaniem alergii i długością snu jest silniejsza niż dla dni powszednich, współczynnik korelacji Spearmana jest równy 0,17. W ankiecie ateńskiej najbardziej różnicującą była ocena budzenia się w nocy. Grupa osób z alergią wyróżniała się istotnie statystycznie. Częste budzenie się łącznie z bezsennaścią dotykało 44% w grupie z alergią w stosunku do 18% w grupie kontrolnej. Współczynnik korelacji Spearmana jest równy 0,15.

Wnioski

Na występowanie zaburzeń snu wśród populacji powyżej 65 roku życia ma wpływ występowanie alergii. Dalsze badania powinny wyjaśnić, jakie są przyczyny tego zjawiska.

Autorzy oświadczają, że nie występuje konflikt interesów