

ЛЕТАРГИЧЕСКИЙ СОН

*Ибодуллаева Самира Суннатовна,
Холмуродова Ганжина Саидмуродовна,
Асророва Гулрухсор Голибжоновна,
Бобоназаров Екубжон Зокирович*

(Самаркандского государственного медицинского университета)

Научный руководитель: **А.Э.Кубаев, З.Р.Жабборова**

Аннотация: На этой статье мы поделились с вами причинами возникновения, историей появления, видами и формами, профилактикой, диагностикой, методами лечения, симптомами, народной медициной летаргического сна называемого мнимой смертью.

Ключевые слова: летаргический сон, симптом, коматозное состояние, история о спящих, ароматерапия, синдром «Спящей красавицы», апатия.

Летаргия – редкое заболевание, окутанное множеством тайн. Оно произошло от древнегреческих слов *lethe* и *argia* («забвение» и «бездействие»). Страдающий недугом будто спит, но при этом разбудить его невозможно. Другие названия болезни: летаргический сон, мнимая смерть, истерический сон, «малая жизнь», это состояние, характеризующееся глубоким, продолжительным сном или коматозным состоянием, при котором человек может быть не способен реагировать на окружающую среду, но не теряет рефлексы. Это состояние может быть вызвано различными причинами, включая:

Летаргический сон может проявляться в различных формах и состояниях.

Вот основные виды, которые можно выделить:

1. Первичный летаргический сон

• Причины: Часто связан с инфекционными заболеваниями, такими как энцефалит или менингит.

• Симптомы: Глубокий сон, отсутствие реакции на внешние раздражители.

2. Секундарный летаргический сон

• Причины: Возникает в результате травм, инсультов или интоксикаций.

• Симптомы: Может сопровождаться изменениями в дыхании и сердечном ритме.

3. Психогенный летаргический сон

• Причины: Связан с психическими расстройствами, такими как депрессия или шизофрения.

• Симптомы: Долгий сон, подавленное настроение, апатия.

4. Летаргический сон при метаболических нарушениях

• Причины: Возникает из-за дисбаланса в организме, например, при гипогликемии или электролитных нарушениях.

• Симптомы: Может проявляться в виде усталости и слабости.

5. Летаргический сон при хронической усталости

• Причины: Переутомление, стресс или недосыпание.

• Симптомы:

Устойчивое желание спать, снижение активности в течение дня.

Каждый вид летаргического сна требует индивидуального подхода к диагностике и лечению. Если наблюдаются симптомы летаргии, важно обратиться к врачу для определения причины и получения необходимой помощи.

Известны следующие формы болезни:

легкая — человек выглядит просто спящим, у него сохраняются сознание, восприятие, ровное дыхание, но практически отсутствуют двигательные функции;

тяжелая — больной становится похожим на мертвеца, реакции на внешние раздражители сильно ослабевают или исчезают.

Активность мозга во время этого болезненного состояния нередко сохраняется: спящие люди могут слышать голоса и другие звуки, запоминать услышанные события, осознавать все, что происходит.

При *тяжелом* течении заболевания кожа бледнеет, холодеет, зрачок не реагирует на свет, тело не отзывается на боль, артериальное давление падает. Дыхание таких больных очень поверхностное, пульс прощупать сложно. Человек начинает терять вес, страдать от обезвоживания. Прекращаются выделения, а также биологическое развитие организма.

Известные примеры

Один из известных и загадочных случаев летаргического сна был эпидемией энцефалита. Она распространялась с 1917 по 1928 год. Также известное как болезнь фон Экономо, оно проявляется сильной сонливостью. Иногда длительным состоянием, похожим на кому.

Пациенты с энцефалитом часто впадали в состояние, «сонной болезни» – длительную дрему, из которой их было сложно разбудить. Это могло длиться неделями, месяцами или даже годами. Наблюдались другие симптомы, такие как паралич, абнормальные движения, изменения в поведении и психические расстройства.

Другим примером может служить состояние, известное как «синдром Клейне-Левина», также известный как «синдром Спящей красавицы». Это редкое заболевание, при котором человек периодами страдает от чрезмерной сонливости, которые могут длиться от нескольких дней до нескольких недель. Во время этих эпизодов человек может большую часть времени спать, просыпаясь только для удовлетворения основных потребностей, таких как еда и туалет. *Между эпизодами симптомы обычно полностью исчезают.*

Интересно.

Интересный исторический пример — история о «спящих» жителях Калачи, маленького села в Казахстане, где в период с 2010 по 2015 год жители страдали от необъяснимых приступов сонливости, длительностью от двух дней до недели.

Продолжительность. Основной признак летаргического сна — удлиненная продолжительность, зачастую на несколько часов больше обычного.

Трудность пробуждения. Человека трудно разбудить, а после пробуждения не понимает происходящего.

Сниженный уровень сознания. В периоды бодрствования наблюдается заторможенность, снижение реакции на внешние раздражители.

Изменения в поведении и настроении. Возможны изменения настроения, пассивность, апатия, раздражительность или даже депрессивные периоды.

Физическая слабость. Часто наблюдается общая усталость, снижение энергии и активности.

Когнитивные нарушения. Трудности с концентрацией внимания, нарушения памяти и способности к осмыслению информации.

Аппетит и метаболические изменения. Могут происходить изменения в аппетите, пищевых привычках и общем метаболизме.

Еле ощутимое сердцебиение. При летаргическом сне пульс – 2-3 раза в минуту.

Причины возникновения летаргического сна

Неврологические заболевания. Такие как энцефалит, менингит, опухоли головного мозга, которые могут вызывать воспаление или давление на мозговые структуры, отвечающие за регуляцию отдыха и бодрствования.

Психиатрические болезни. Депрессия, биполярное расстройство и другие психиатрические заболевания могут проявляться повышенной сонливостью и летаргией.

Метаболические и эндокринные нарушения. Гипотиреоз, гипогликемия и другие нарушения, влияющие на обмен веществ, могут вызывать чрезмерную сонливость.

Лекарственные препараты. Некоторые медикаменты, особенно седативные и препараты для лечения психических расстройств, могут вызывать летаргию и повышенную сонливость.

Хронические заболевания. Хронические болезни, такие как сердечно-сосудистые заболевания, могут привести к ухудшению общего состояния и увеличению потребности в дреме.

Нарушения. Состояния, такие как апноэ, могут серьезно нарушать качество отдыха, ведя к дневной сонливости и летаргии.

Токсическое воздействие. Отравление угарным газом, тяжелыми металлами или другими токсическими веществами может вызвать угнетение центральной нервной системы.

Недостаток витаминов и микроэлементов. Недостаток витаминов группы В, железа и других микроэлементов может привести к снижению энергии и увеличению утомляемости.

Хронический стресс и усталость. Длительный стресс и переутомление могут привести к истощению организма, в результате чего возникает потребность в увеличенном количестве отдыха.

Идиопатические причины. В некоторых случаях причина сонливости может оставаться неизвестной, и такое состояние классифицируется как идиопатическое.

Уровни тяжести

Легкая степень. Человек испытывает повышенную утомляемость, затруднения с пробуждением, но сохраняет способность к самостоятельному функционированию.

Средняя степень. Значительное увеличение продолжительности отдыха,

Причины

1. Инфекционные заболевания:

- Вирусные или бактериальные инфекции, такие как грипп или менингит.

2. Неврологические расстройства:

- Ушибы головы, инсульт или травмы, влияющие на мозг.

3. Метаболические нарушения:

- Например, гипогликемия или электролитные дисбалансы.

4. Психические расстройства:

- Депрессия или другие расстройства, которые могут вызвать состояние летаргии.

5. Токсические воздействия:

- Отравления алкоголем, наркотиками или химическими веществами.

Симптомы

- Долгий и глубокий сон.
- Пониженная реакция на внешние раздражители.
- Ухудшение когнитивных функций, таких как память и внимание.
- Возможны изменения в дыхании и сердечном ритме.

Диагностика

- Медицинская история и физикальное обследование: чтобы выявить причины состояния.
- Лабораторные тесты: анализы крови для оценки электролитов, уровня глюкозы и других параметров.
- Неврологическое обследование: МРТ или КТ для проверки на наличие повреждений мозга.

Лечение

Лечение зависит от причины летаргического сна и может включать:

- Медикаментозную терапию: для лечения инфекции или других заболеваний.
- Гидратацию и коррекцию электролитного баланса.
- Реабилитацию: для восстановления функций после выздоровления.

Народная Медицина:

1. Травяные настои

- Череда: помогает при воспалительных процессах. Чай из череды может улучшить общее состояние.
- Мелисса и мята: имеют успокаивающее действие и могут помочь расслабиться.

2. Витамины и минералы

- Настой шиповника: богат витамином С, способствует укреплению иммунной системы.
- Чередование приема меда: мед может улучшить общее самочувствие и повысить уровень энергии.

3. Ароматерапия

- Эфирные масла: масла лаванды, розмарина или лимона могут помочь в улучшении настроения и повышении активности.

4. Физическая активность

- Легкие физические упражнения или прогулки на свежем воздухе могут способствовать улучшению самочувствия.

5. Правильное питание

- Увеличение потребления свежих овощей и фруктов, богатых витаминами, а также сбалансированное питание помогут организму восстановиться.

Вывод: Поддержание общего здоровья: здоровое питание, регулярные физические упражнения и достаточный сон. Избегание токсичных веществ и соблюдение мер предосторожности при травмах.

Летаргический сон может быть серьезным состоянием, требующим медицинского вмешательства особенно если он связан с инфекциями или неврологическими расстройствами.

Результат: Народные средства не заменяют медицинскую помощь. Если кто-то находится в состоянии летаргического сна, необходимо немедленно обратиться к врачу. Все народные методы должны использоваться с осторожностью и после консультации со специалистом, особенно если имеются хронические заболевания или аллергии.

Не забывайте, что своевременная медицинская помощь — ключ к восстановлению.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. «Будоражающий сон: летаргический энцефалит и история медицины» автора Д. А. Рандольф.
2. «Летаргический энцефалит: психиатрические исследования» под редакцией Э. Э. Торонтона.
3. 3.«Летаргический энцефалит: диагностика и лечение» под редакцией Л. Дж. Виллемса и Л. А. Гибсона.
4. 4.«Летаргический энцефалит: история, эпидемиология, медицинская генетика» автора М. Хэррисона.
5. 5.«Энцефалиты и их последствия: медицинская и историческая перспектива» автора Д. П. Маркуса.
6. Гусев Е.И. "Неврология и психиатрия". Москва, 2019.
7. Экономо К. "Эпидемический энцефалит". Вена, 1931.
8. Сидоров П. "Патологические состояния сна". Журнал неврологии, 2021.
9. Kubaev A. TIBBIYOTDA MATEMATIK MODELASHTIRISH VA NANOTEKNOLOGIYALAR //Евразийский журнал математической теории и компьютерных наук. – 2023. – Т. 3. – №. 9. – С. 17-26.
10. Esirgopovich K. A. RULES OF USING MATHEMATICAL MODELING IN THE FIELD OF MEDICINE //ENG YAXSHI XIZMATLARI UCHUN. – 2023. – Т. 1. – №. 6. – С. 582-584.