

Uykuda Periyodik Hareket Bozukluğu ve Diğer Uyku İle İlişkili Hareket Bozuklukları

Utku Oğan Akyıldız

Periyodik Ekstremitte Hareketleri Bozukluğu (PEHB)

Alternatif olarak, uykuda periyodik hareket bozukluğu, uyku miyoklonus sendromu, nokturnal miyoklonus sendromu olarak isimlendirilir. Tanı için A-D kriterleri olmalıdır.

- PSG'de AASM'nin en son skorlama kurallarına göre PEHS (periyodik ekstremitte hareketleri sendromu) gösterilmeli
- Frekansı çocukluk çağında > 5/saat, erişkinde ise > 15/saat olmalı
- PEHS, klinik olarak belirgin uyku bozukluğu ya da mental, fiziksel, sosyal, iş, eğitim, davranışsal veya diğer önemli fonksiyonel alanlarda yetersizliğe neden olmalı
- PEHS ve semptomları diğer uyku bozukluklarına bağlı olmamalı, mental, nörolojik veya medikal hastalıklar ile açıklanamamalı (örneğin PEH'ler apne ve/veya hipopnelere bağlı olanlar skorlanmamalı)

Uyku İlişkili Bacak Krampları

Alternatif olarak, bacak krampları, nokturnal bacak krampları ve adale kasılması olarak isimlendirilir. Tanı için A-C kriterleri olmalıdır.

- Ayak veya bacakta, güçlü bir kas kasılması sonrası, ani istemsiz kas katılığı veya gerginliği ile birlikte ağrılı bir duyumsama olması
- Ağrılı kas kontraksiyonu yatakta gerçekleşir, uyanıklık veya uykuda olabilir
- Etkilenen kasların güçlü bir şekilde gerdirilmesi ile ağrı azalma ve kontraksiyonda gevşeme ortaya çıkar

Uyku ilişkili Bruksizm

Alternatif olarak, nokturnal bruksizm, nokturnal diş gıcırdatması, diş sıkma olarak isimlendirilir. Tanı için A-B kriterleri olmalıdır.

- Uyku sırasında düzenli veya sık, diş gıcırdatma sesi olmalı
- Bir ya da daha fazlası eşlik etmeli
 - Diş yapısında bozulma
 - Sabah geçici çene kaslarında ağrı ya da yorgunluk ve/veya emporal baş ağrısı ve/veya uyanırken çenede kilitlenme

Uyku ile İlişkili Ritmik Hareket Bozukluğu

Alternatif olarak, vücut vurma, baş vurma, baş sallama, vücut sallama, jaktasyo kapitis nokturna, jaktasyon korporis nokturna veya uykuda ritmisite olarak isimlendirilir. Tanı için A-D kriterleri olmalıdır.

- Hasta, büyük kas gruplarını içeren, repetitif, stereotipik ve ritmik motor davranışlar sergilemeli
- Hareketler belirgin olarak, uykuda ya da uykuya yakın şekerleme veya yatma saatinde, hasta uykuya meyilli ve uykudayken ortaya çıkar
- Bu hareketler en az birine neden olmalı
 - Normal uykuda bozulma
 - Belirgin gündüz fonksiyon kaybı
 - Yaralanmaların olması ya da önleme rağmen yaralanma olasılığı olması
- Ritmik hareketler epilepsi ya da diğer hareket bozuklukları ile açıklanamamalıdır

İnfantın Benign Uyku Miyoklonusu

Tanı için A-E kriterleri olmalıdır.

- Ekstremitte, gövde ya da tüm vücutta tekrarlayıcı miyoklonik sızramaların gözlenmesi
- Hareketlerin erken infant döneminde, tipik olarak doğumdan sonraki ilk altı ayda izlenmeli
- Hareketler sadece uykuda olmalı
- Hareketler, infant uyandığında ani ve kalıcı biçimde sonlanır
- Diğer uyku bozuklukları, medikal ya da nörolojik hastalıklar veya ilaç kullanımı ile açıklanamamalı

Uyku Başlangıcında Propriospinal Miyoklonus

Alternatif olarak, spinal miyoklonus, plurisegmental miyoklonus, intersegmental miyoklonus ve aksiyel miyoklonus olarak isimlendirilir. Tanı için A-E kriterleri olmalıdır.

- Hasta, belirgin olarak abdomen, gövde ya da ensede olan ani sızramalardan yakınmalı

- B. Hasta genellikle uykuya dalarken, gevşemiş, uykuya eğilim durumunda ortaya çıkar
- C. Sıçramalar, mental aktivite veya uykuda uyku evresi stabilizasyonu sağlandığında kaybolur
- D. Sıçramalar uykuya dalmakta zorluk nedeni olmalı
- E. Diğer uyku bozuklukları, medikal ya da nörolojik hastalıklar veya ilaç kullanımı ile açıklanamamalı

Tıbbi Duruma Bağlı Uyku ile İlişkili Hareket Bozukluğu

Tanı için A-C kriterleri olmalıdır.

- A. Uyku veya uyku başlangıcını bozan uyku ilişkili hareketler olmalı
- B. Hareket bozukluğu, beraberindeki nörolojik ya da medikal duruma bağlı olmalı
- C. Diğer uyku ilişkili hareket bozuklukları, tedavi edilmemiş uyku bozuklukları, madde kullanımı ya da mental bozukluk ile açıklanamamalı

Medikasyon ya da Maddeye Bağlı Uyku ile İlişkili Hareket Bozukluğu

Tanı için A-C kriterleri olmalıdır.

- A. Uyku veya uyku başlangıcını bozan uyku ilişkili hareketler olmalı
- B. Hareket bozukluğu, beraberindeki medikasyon ya da madde kullanımı veya uyanıklık sağlayıcı ilaç ya da madde yoksunluğu durumuna bağlı olmalı
- C. Diğer uyku ilişkili hareket bozuklukları, tedavi edilmemiş uyku bozuklukları veya medikal, nörolojik ya da mental bozukluk ile açıklanamamalı

İzole Semptomlar ve Normal Varyantlar

Bu grupta, aşırı fragmenter miyoklonus, hipnagogik ayak tremoru ve alternan bacak kası aktivasyonu ile hipnik jerk (uyku irkilmesi) yer almaktadır.