수면검사학 발표

기면증



발표

2019123053 황인성

2021123012 김채린



자료 조사

2021123043 조아름

2021123046 최혜정



PPT 제작

2021123011 김주연

2021123026 이다현

목차

01
기면증이란?

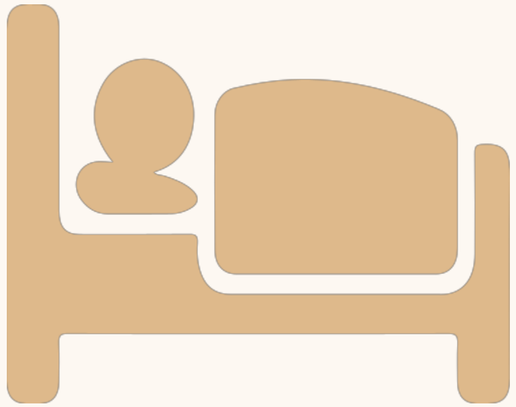
02
기면증 증상

03
기면증의 원인 및 겪는 어려움

04
기면증 진단 방법

05
기면증의 치료 방법

CHAPTER. 1 기면증이란?



기면증(narcolepsy)

- 자신의 의지와는 무관하게 갑작스럽게 잠에 빠져드는 것
- 낮 시간에 과도하게 졸립고 REM 수면의 비정상적인 발현으로 잠이 들 때(입면, hypnagogic)나 깰 때(각성) 환각, 수면 마비, 수면 발작 등의 증상을 보이는 신경정신과 질환

https://terms.naver.com/entry.naver?docId=926921&cid=51007&categoryId=51007

CHAPTER. 2 기면증 증상

· 탈력 발작

- 기면증 환자의 60~70%에서 나타남
- 감정적으로 큰 변화가 있을 때 신체 근육에 힘이 빠지는 현상
- 턱, 목, 머리에 힘이 빠져서 고개를 떨구는 증상을 동반함
- 수 초에서 30분까지 지속될 수 있지만 대부분의 경우 30초에서 2분 정도 나타남

http://www.samsunghospital.com/home/healthInfo/content/contenView.do?CONT_SRC_ID=09a4727a8007643e&CONT_SRC=CMS&CONT_ID=6045&CONT_CLS_CD=001020001001

CHAPTER. 2 기면증 증상

· 심한 졸음

- 기면증의 핵심 증상
- 집중을 요하는 상황에도 갑작스러운 졸음으로 잠에 빠지는 일
- 서 있거나 불편한 자세에서는 수 초에서 수 분 정도로 나타나지만 잠들기 편한 자세에서는 한 시간 이상 잠들 수 있음

CHAPTER. 2 기면증 증상

· 가위 눌림 (수면 마비)

- 잠에 들거나 깰 무렵에 일시적으로 몸을 움직이거나 말을 할 수 없게 되는 상황
- 저절로 사라지며 탈력 발작과는 달리 옆에 있는 사람이 만지거나 말을 걸면 증상이 빨리 사라짐

CHAPTER. 2 기면증 증상

· 입면기 환각

- 잠들 무렵에 나타나며 생생한 환각적인 경험을 하는 것
- 어떤 사람이나 물건이 주변에 있다는 느낌으로 시각, 청각, 촉각적인 환각을 경험함

CHAPTER. 2 기면증 증상

· 자동 행동증

- 심한 졸음 중에 환자들이 거의 그 상황을 기억하지 못 하면서 단순한 행동을 반복하는 것



기면증의 원인 및 겪는 어려움

기면증의 원인

- 수면 기전의 이상으로 알려져 있음
- 중추 신경계에서 하이포크레틴을 가진 시상 하부 신경세포의 소실과 관련이 있다는 증거가 제시되고 있음

기면증에 의해 겪는 어려움

- 주변 사람들이 기면증을 잘 이해하지 못함
- 외상의 위험이 높아짐
- 비만이 생길 위험도가 높아짐

https://terms.naver.com/entry.naver?docId=926921&cid=51007&categoryId=51007



유전적 요인

- 기면증 환자의 1차 가족들이 지나친 졸림 증상을 호소할 확률은 기면증이 없는 사람의 경우에 비해 8배 높음

환경적 요인

- 일란성 쌍둥이의 일치율은 25-30%



이연정.(2020).기면증의 진단과 치료.대한소아청소년정신의학회 학술대회논문집,0,75-79.



기면증 진단 방법

- 기면증 확진을 위한 주간입면기반복검사 시행
  - 기면증 특징인 잠들자마자 렘 수면이 나타나는 것 확인
- DSM-5 진단
  - Sleep attack이 과거 3개월 동안 1주에 3회 이상 발생
  - 탈력 발작이 한 달에 여러 번 발생
  - 뇌척수액을 이용하여 측정한 hypocretin-1 면역 반응 값에 의한 hypocretin 결핍

https://www.kosleep.com/narcolepsy/narcolepsy01.php 이연정.(2020).기면증의 진단과 치료.대한소아청소년정신의학회 학술대회논문집,0,75-79.



약물 치료

- 모다피닐

  : 가장 효과적이고 안전함

- 아모다피닐

  : 모다피닐에서 좋은 성분만 뽑아 만든 약물

- 메틸페니데이트

  : 각성과 관련된 신경전달물질 중 도파민을 시냅스에 충분히 있도록 도움



행동 치료

- 충분하고 규칙적인 수면 패턴 유지
- 낮잠 활용
- 과식, 음주 자제
- 운동은 졸음 조절에 도움됨

신홍범, <기면증, 졸음에 대한 모든 것>, 이담북스, 2016년.

기면증 치료제 - 와킥스

히스타민 H3 수용체에 선택적으로 결합하는
역작용·길항제로 뇌 속 히스타민 농도를
증가시키는 새로운 기전의 약물





옥시베이트

미국 FDA가 승인한 최초의 특발성 과다수면증 치료제로 옥시베이트가 단일요법 또는 병용요법으로 유용한 1차 치료법으로 유력함

https://www.medicaltimes.com/Main/News/NewsView.html?ID=1145357



마무리 동영상

감사합니다