

中大研究 精神障礙+發夢期夢遊屬腦退化先兆

2023.7.28 FRI

A55 健康生活

WWW.AM730.COM.HK

am730

過得好

中大研究

精神障礙+發夢期夢遊

屬腦退化先兆

快速眼動睡眠是睡眠週期的其中一個部分，在此期間人會發夢，正常情況下肌肉失去張力，不能移動。中大醫學院精神科學系研究助理教授黃蓓博士表示，RBD患者則缺乏肌張力抑制，並隨夢境而拳打腳踢、翻滾、叫喊等。「RBD是腦退化疾病的先兆，或發展成帕金森症、路易氏體失智症、多發性系統萎縮症等。而值得注意的是，抑鬱症也是帕金森症先兆之一。」

望確定抑鬱症、RBD及腦退化關係

本港約有30萬人患有抑鬱症，在當中找出高風險發展成為腦退化症變得具迫切性。過往有指RBD是抑鬱症藥物副作用，但停藥、換藥後，逾八成患者RBD症狀持續；加上抑鬱症的RBD患病率是普通人的10倍，研究團隊認為重度抑鬱症共病RBD或與腦退化有關，故展開研究找出三者的關係。研究招募了精神障礙共病RBD患者、精神障礙患者和沒有精神障礙者三者的直系親屬，合共1,371人參與，並追蹤了4年。

直系親屬患病風險增

結果發現，精神障礙共病RBD組出現RBD徵狀或確診RBD風險是其他兩組的2至11倍；患帕金森症或認知障礙症的風險也達4至5倍。精神障礙共病RBD患者的直系親屬出現腦退化相關的生物學標誌物亦較多，如運動症狀等；而精神障礙組只增加了患抑鬱症的風險，腦退化風險與健康對照



組相若。中大醫學院精神科學系榮譽博士後研究員王靜博士續指，「結果除了證明精神障礙共病RBD與腦退化有關係外，我們相信這類重度抑鬱症是一種抑鬱症亞型。」

發病較遲兼嚴重

中大醫學院精神科學系系主任榮潤國教授認為，「與腦退化相關的抑鬱症一般發病較遲，多於40歲之後，而且抑鬱/焦慮症狀更嚴重。這或有助及早發現腦退化高風險人士，以便及早預防。患者在治療上需要更多元化、跨專科治療；精神科醫生亦要重新認識抑鬱症、睡眠障礙等，及早識別出高風險患者。」

健康生活延緩疾病進程

68歲的梁先生在十多年前確診抑鬱症，及後更患上RBD，其二弟在參加中大研究後也確診RBD。他們知道自己有較高風險發展成腦退化症，現用藥控制RBD徵狀外，同時學習積極面對，多運動及保持平靜心境以延緩疾病進程。榮潤國補充，「雖然腦退化症未有確切的預防方法，不過，良好飲食習慣、控制壓力、充足睡眠、積極社交都可能有助。」



腦退化症暫時未有根治和預防方法。