

NGỦ NGÁY CÓ THỂ GÂY HẠI CHO NÃO BỘ

Theo kết quả nghiên cứu mới đây của các nhà khoa học tại khoa não, trường đại học New South Wales (Australia), ngủ ngáy có thể gây ảnh hưởng nghiêm trọng tới chức năng của não bộ con người.

Từ trước tới nay, nhiều người vẫn cho rằng ngủ ngáy chỉ là thói quen

Theo kết quả nghiên cứu mới đây của các nhà khoa học tại khoa não, trường đại học New South Wales (Australia), ngủ ngáy có thể gây ảnh hưởng nghiêm trọng tới chức năng của não bộ con người.

Từ trước tới nay, nhiều người vẫn cho rằng ngủ ngáy chỉ là thói quen và không ảnh hưởng tới chức năng não. Tuy nhiên, theo các nhà khoa học, hiện tượng ngủ ngáy xuất phát từ những thay đổi trong cơ chế hóa sinh của não liên quan tới tình trạng ngưng thở tạm thời trong khi ngủ, có biểu hiện bệnh lý giống như những người trải qua một cơn đột quỵ hoặc chết lâm sàng, vì vậy ảnh hưởng nghiêm trọng tới hoạt động của não bộ.

Các nhà khoa học đã tiến hành nghiên cứu đối với 13 người đàn ông có triệu chứng ngáy kinh niên khi ngủ, và kết luận kể cả những người chỉ ngáy nhẹ chức năng não bộ vẫn bị ảnh hưởng.

Giáo sư Caroline Rae, trưởng nhóm nghiên cứu cho biết sự suy yếu chức năng não nói trên bắt nguồn từ sự thiếu hụt trong quá trình cung cấp oxy lên não.

Theo giáo sư Rae, những trẻ có amidan lớn hơn bình thường và bị viêm vòm họng cũng trải qua những triệu chứng tương tự như những bệnh nhân ngủ ngáy, và điều này chắc chắn sẽ ảnh hưởng không tốt tới não bộ của chúng.

Tuy nhiên, cho tới nay, chưa có căn cứ khoa học nào giải thích tại sao lượng oxy lên não thấp lại làm thay đổi chức năng sinh hóa của hệ thống quan trọng này./.