

MELATONIN GIÚP TRẺ BỊ BỆNH TỰ KỶ DỄ NGỦ HƠN

Kết quả một nghiên cứu khoa học đăng trên tạp chí "Thuốc ngủ lâm sàng" số ra tháng 4/2009 cho biết những trẻ mắc bệnh tự kỷ (ASD), hội chứng suy nhược thần kinh di truyền (FXS) hoặc mắc cả hai bệnh này sẽ đi vào giấc ngủ dễ dàng hơn nếu các em được uống khoảng 3mg thuốc Melatonin vào giờ đi ngủ.

Trong nghiên cứu nói trên, Tiến sỹ Beth L. Goodlin-Jones tại trường Đại học California cho biết việc điều trị bằng các chế phẩm chứa thuốc melatonin có lợi cho trẻ ở mọi độ tuổi, giúp chúng ngủ dễ hơn và theo đó làm dịu những áp lực mà bố mẹ chúng gặp phải trong việc dỗ cho con ngủ.

Nghiên cứu thu thập thông tin từ 12 trẻ em bị bệnh tự kỷ và suy nhược thần kinh được dùng chế phẩm chứa melatonin hoặc giả dược (Placebo).

Sau khi được uống thuốc trong hai tuần, cộng thêm hai tuần nữa điều trị bằng các biện pháp, tất cả những trẻ này có sự cải thiện rõ rệt về tổng thời gian ngủ vào ban đêm, thời gian tiềm tàng để đi vào giấc ngủ và thời gian khởi phát giấc ngủ.

Thời gian giấc ngủ dài hơn khi sử dụng melatonin so với giả dược là 21 phút, thời gian tiềm tàng khởi phát giấc ngủ ngắn hơn 28 phút và thời gian khởi phát giấc ngủ sớm hơn 42 phút.

Các tác giả cũng khẳng định rằng việc sử dụng bổ sung những chế phẩm chứa melatonin nên được dùng để kiểm soát giấc ngủ ở trẻ mắc bệnh tự kỷ và FXS./.