

قرص خواب موجب زوال عقل می‌شود

20 بهمن 1401

افراد سفیدپوستی که قرص‌های خواب مصرف می‌کنند 80 درصد بیشتر در معرض ابتلا به زوال عقل قرار دارند.

قرص‌های خواب، دارویی مفید برای افرادی است که مشکل خواب دارند، اما نتایج تحقیقات جدید نشان داده است که این دارو جنبه منفی خود را نیز دارد.

محققان افزایش خطر 79 درصدی هشداردهنده را گزارش کردند. محققان 3068 فرد مسن (42 درصد سیاه‌پوست و 58 درصد سفیدپوست) بدون زوال عقل که خارج از خانه‌های سالمندان زندگی می‌کردند را دنبال کردند. آنان به مدت 9 سال در مطالعه سلامت، پیری و ترکیب بدن ثبت‌نام کردند و میانگین سنی شرکت‌کنندگان 74 سال بود. در طول مطالعه، 20 درصد از شرکت‌کنندگان به زوال عقل مبتلا شدند. با تجزیه و تحلیل داده‌ها، گروه تحقیق دریافت که شرکت‌کنندگان سفیدپوستی که اغلب از قرص‌های خواب برای کمک به استراحت و خواب خود استفاده می‌کردند، 79 درصد بیشتر از افرادی که داروی خواب‌آور مصرف نمی‌کردند، به زوال عقل مبتلا شدند.

محقق ارشد این تحقیق، یو لنگ، دکتری بخش روانپزشکی گفت: تفاوت‌ها ممکن است به وضعیت اجتماعی-اقتصادی نسبت داده شود. شرکت‌کنندگان سیاه‌پوستی که به داروهای خواب دسترسی دارند ممکن است یک گروه منتخب با وضعیت اجتماعی-اقتصادی بالا باشند، همچنین ممکن است برخی از داروهای خواب با خطر بالاتر [زوال عقل](#) نسبت به سایرین مرتبط باشند. در این تحقیق مشخص شد که شرکت‌کنندگان سفیدپوست 3 برابر بیشتر از هم‌تایان سیاه‌پوست خود احتمال دارد قرص‌های خواب‌آور حدود 5 تا 15 بار در ماه مصرف کنند. قرص‌های خواب‌آوری که شرکت‌کنندگان استفاده کردند شامل آرام‌بخش-خواب‌آور امبین (Ambien) □ بنزودیازپین‌ها از جمله تریازولام (Halcion) □ فلورازپام (Dalmane) و تمازپام (Restoril) همچنین داروهای ضدافسردگی ترازودون (Oleptro) و Desyrel بود. از آنجایی که این یافته‌ها فقط در مورد افراد سفیدپوست اعمال می‌شود، محققان گفتند که می‌تواند عوامل محرک دیگری برای زوال شناختی در میان جمعیت عمومی وجود داشته باشد. استفاده مکرر از داروهای خواب با افزایش خطر زوال عقل در بزرگسالان مسن سفیدپوست مرتبط بود بنابراین تحقیقات بیشتر برای تعیین مکانیسم‌های اساسی مورد نیاز است.

بر اساس آخرین آمار موجود در وب سایت مراکز کنترل و پیشگیری از بیماری (CDC) □ حدود 8.4 درصد از بزرگسالان آمریکایی هر روز یا بیشتر روزها در سال 2020 داروهای خواب مصرف می‌کردند. زنان (10.2 درصد) نسبت به مردان (6.6 درصد) داروی خواب بیشتری مصرف می‌کنند. یک کارشناس گفت: داروهای خواب که اغلب به‌عنوان آرام‌بخش- خواب‌آور طبقه‌بندی می‌شوند فقط باید برای مقابله با بی‌خوابی کوتاه‌مدت استفاده شوند.