

star bene



DANIELA DANIELE

daniele@specchio.com

## QUEGLI ATTACCHI DI SONNO

Abbiocchi violenti, gambe che cedono all'improvviso: sono i sintomi della **narcolessia**, una patologia tuttora poco nota, legata a complesse alterazioni biochimiche nel cervello

### LA LETTERA

*Le scrivo perché, da diversi mesi, vado soggetto a una sonnolenza che non ha motivo d'essere. Mi capita di giorno, a tutte le ore, non solo dopo mangiato, mentre di notte può succedere che mi svegli anche quattro o cinque volte, forse perché ho dormito troppo di giorno. Succede anche che, per pochi secondi, mi senta i muscoli come se non rispondessero. Questo, generalmente, dopo che ho avuto gli attacchi di sonnolenza. Devo preoccuparmi? Preciso che ho 45 anni e svolgo un lavoro sedentario. Mi devo rivolgere a uno specialista, anche se non ho all'apparenza niente di grave?*

Maurizio Prono, Vercelli



RISPONDE **RAFFAELE MANNI**, CENTRO MEDICINA DEL SONNO IRRCS MONDINO, PAVIA



improvvisa del tono muscolare in concomitanza di emozioni piacevoli (per esempio ridendo o alla vista di una persona cara). «È così che il soggetto può addirittura cadere a terra», spiega lo specialista, «perché "gli cedono le ginocchia" o può avere una caduta del capo sul petto o della mandibola. Altri sintomi, detti "minori", sono: allucinazioni ipnagogiche (il soggetto, addormentandosi, ha visioni spesso vivide e terrorizzanti, della cui irrealtà si rende tuttavia conto, ndr); paralisi da sonno (al risveglio dal sonno si ha la sensazione di essere paralizzati perché i muscoli, eccetto quelli respiratori, sono senza tono, ndr)».

La fisiopatologia della narcolessia è legata a una sregolazione del sonno Rem (sonno con movimenti oculari rapidi) «che tende a manifestarsi più precocemente di notte di quanto

non succeda nel soggetto normale e abnormemente durante le ore di veglia diurna. Tale disfunzione è legata a complesse alterazioni biochimiche nel cervello e che riguardano sostanze quali l'acetilcolina, la noradrenalina e la serotonina.

Recentemente è stato documentato che, nei soggetti con narco-cataplessia, nel liquor cerebrospinale è ridotta una sostanza, detta ipocretina. Nella maggior parte dei casi, la narcolessia è geneticamente determinata. Più raramente può essere legata a lesioni cerebrali tumorali, vascolari o a un trauma cranico. Per aiutare i soggetti narcolettici è nata in Italia un'associazione di pazienti (Ain) che ha anche un sito Internet ([www.narcolessia.it](http://www.narcolessia.it)) e che, senza alcun fine di lucro, fornisce aiuto psicologico e indicazioni utili a tutti i pazienti affetti da questa malattia». ■

### I RIMEDI



#### MEDICINA UFFICIALE

«Il trattamento» dice il dottor Manni, «è soprattutto farmacologico. Non esistono medicine per "guarire" la narcolessia, ma farmaci per attenuare o tenere sotto controllo i sintomi. Il farmaco che ha rivoluzionato la terapia e ha consentito di fare a meno degli psicostimolanti amfetaminici, è il modafinil, molecola che agirebbe soprattutto a livello dell'ipotalamo su alcuni recettori dell'adrenalina e della dopamina. È efficace in più dell'80 per cento dei casi, non provoca assuefazione, induce pochi effetti collaterali (cefalea, nausea), di lieve entità e passeggeri. Va assunto, comunque, sotto controllo medico. Il trattamento dei sintomi cataplettici è ancora oggi affidato a farmaci che aumentano la biodisponibilità della serotonina. È in via di sperimentazione, ma ancora non disponibile in commercio, una nuova sostanza, l'oxigabato, che ha mostrato notevole efficacia nel controllare gli attacchi cataplettici».



#### L'ALTRA MEDICINA

Proviamo ad azzardare un'interpretazione psicosomatica di questa malattia. «Potrebbe rappresentare un rifiuto della realtà», spiega lo psichiatra e psicoterapeuta Raffaele Morelli, «oppure il rifiuto di se stesso. È come dire "non voglio più pensare", come volersi mettere a riposo. L'addormentamento improvviso è un po' come se ci si volesse annientare, spegnersi per allontanare da sé i problemi. Spesso si tratta di fantasie sessuali o di aggressività rimosse». Sarebbe utile provare con la psicoterapia? «Senza dubbio». ■