Vietnam Journal of Community Medicine, Vol 63, No 4 (2022) 81-86

CLINICAL FEATURES OF SLEEP PARALYSIS IN PSYCHIATRIC PATIENTS

Nguyen Khac Dung*, Le Dang Vien

Mai Huong Daycare Psychiatric Hospital - No.4 Hong Mai, Hai Ba Trung, Hanoi, Vietnam

Received 31/03/2022
Revised 05/05/2022; Accepted 18/06/2022

ABSTRACT

Sleep paralysis is a relatively common sleep disorder characterized by mental disturbances occurring during awakening accompanied by losses of muscle tone, resulting in the negative and unpleasant experiences. Sleep paralysis appearing in psychiatric patients increases the existing symptoms and predicts the progression of the disease. **Purposes**: Determine the rate and describe the clinical characteristics of sleep paralysis in psychiatric patients. **Objects and research methods**: A descriptive study on 160 day care inpatients at Mai Huong Day care Psychiatric Hospital from February 2021 to October 2021. **Results:** The prevalence of sleep paralysis in psychiatric patients was 38.75%, often occurring several times with the rate of 57.69%. Symptoms of sleep paralysis in psychiatric patients are feeling the weight of the body 69.23%; feeling body movement 65.38%. The hallucinations during sleep paralysis were tactile hallucinations 55.67%; sound hallucinations 36.54%; visual hallucinations 51.92%. The majority felt anxiety, fear 84.62% or depression 40.35%; 15.38% feel excited, happy. The symptoms seen in sleep paralysis are also feeling short of breath (92.31%); unable to speak/scream (100%); inability to lift limbs (100%), perspiration (51.92%), urinary incontinence and delusions.

Keywords: Sleep paralysis, sleep disorders, day care inpatients, psychiatric patients.

*Corressponding author
Email address: dr.ngkhacdung@gmail.com
Phone number: (+84) 375 946 276
https://doi.org/10.52163/yhc.v63i4.372

NGHIÊN CỨU ĐẶC ĐIỂM LÂM SÀNG NGỦ LIỆT Ở NGƯỜI BỆNH TÂM THẦN

Nguyễn Khắc Dũng*, Lê Đăng Viễn

Bệnh viện Tâm thần ban ngày Mai Hương - Số 4 phố Hồng Mai, Hai Bà Trưng, Hà Nội

Ngày nhận bài: 31 tháng 03 năm 2022
Chỉnh sửa ngày: 05 tháng 05 năm 2022; Ngày duyệt đăng: 18 tháng 06 năm 2022

TÓM TẮT

Ngủ liệt, hay còn gọi là hiện tượng "bóng đè" là một rối loạn giấc ngủ tương đối phổ biến, được biểu hiện bởi các rối loạn tâm thần xảy ra trong khi thức giấc kèm theo mất trương lực cơ, dẫn đến những trải nghiệm tiêu cực và khó chịu. Hiện tượng ngủ liệt xuất hiện ở người bệnh tâm thần càng làm tăng các triệu chứng sẵn có và dự báo diễn tiến của bệnh. **Mục tiêu nghiên cứu**: Xác định tỷ lệ và mô tả đặc điểm lâm sàng của ngủ liệt ở người bệnh tâm thần. **Đối tượng và phương pháp nghiên cứu**: Nghiên cứu mô tả trên 160 bệnh nhân điều trị nội trú ban ngày tại Bệnh viện Tâm thần ban ngày Mai Hương từ tháng 02/ 2021 đến tháng 10/2021. **Kết quả**: Tỷ lệ xuất hiện ngủ liệt ở người bệnh tâm thần là 38,75%, thường xuất hiện vài lần với tỷ lệ 57,69%. Các triệu chứng của ngủ liệt ở người bệnh tâm thần là cảm thấy cơ thể bị đè nặng 69,23%; cơ thể chuyển động 65,38%. Các ảo giác trong khi ngủ liệt là ảo giác xúc giác 55,67%; ảo thanh 36,54%; ảo thị 51,92%. Đa số cảm thấy lo âu, sợ hãi 84,62% hoặc trầm cảm 40,35%; có 15,38% cảm thấy hưng phấn, vui vẻ. Các triệu chứng gặp trong ngủ liệt còn là cảm giác khó thở (92,31%); không thể nói/ kêu la (100%); không nhấc được tay chân (100%), toát mồ hôi (51,92%), tiểu tiện không tự chủ và hoang tưởng.

Từ khóa: Ngủ liệt, bóng đè, rối loạn giấc ngủ, nội trú ban ngày, người bệnh tâm thần.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Ngủ liệt - hay còn gọi là hiện tượng "bóng đè"- là một rối loạn cận giấc ngủ tương đối phổ biến, được biểu hiện bởi ác mông, ảo giác, hoang tưởng xảy ra trong khi thức giấc kèm theo mất trương lực cơ, dẫn đến những trải nghiệm tiêu cực và khó chịu [1]. Theo Brian và cs (2011), 7,6% dân số nói chung; 28,3% sinh viên và 31,9% bệnh nhân tâm thần đã trải qua ít nhất một đợt "bóng đè" trong suốt cuộc đời [2]. Chứng ngủ liệt làm giảm chất lượng giấc ngủ và với một số trường hợp, hiện tượng này xuất hiện thường xuyên. Ngủ liệt lặp lại thường gặp tỷ lệ cao trong các rối loạn lo âu, rối loạn hoảng sợ, rối loạn stress sau sang chấn …[1]

Ở Việt Nam, ngủ liệt thường được giải thích theo phương diện tâm linh. Họ cho rằng, ma quỷ chính là nguyên nhân gây ra tình trạng này. Chính vì vậy, khi gặp phải hiện tượng này, người bệnh thường tìm đến thầy cúng, lễ để đuổi "ma" dẫn đến tổn hại tiền bạc, thời gian, sức khỏe.

Những năm gần đây, nhiều bệnh nhân đã tới Bệnh viện Tâm thần ban ngày Mai Hương để được khám và tư vấn

*Tác giả liên hệ
Email: dr.ngkhacdung@gmail.com
Điện thoại: (+84) 375 946 276
https://doi.org/10.52163/yhc.v63i4.372

về hiện tượng này. Tuy nhiên, tại Việt Nam cũng như tại bệnh viện, chưa có nghiên cứu nào về ngủ liệt. Vì vậy, chúng tôi thực hiện đề tài ***"Nghiên cứu đặc điểm lâm sàng ngủ liệt ở người bệnh tâm thần"*** với mục tiêu sau: *Xác định tỷ lệ và mô tả đặc điểm lâm sàng ngủ liệt ở người bệnh tâm thần.*

II. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

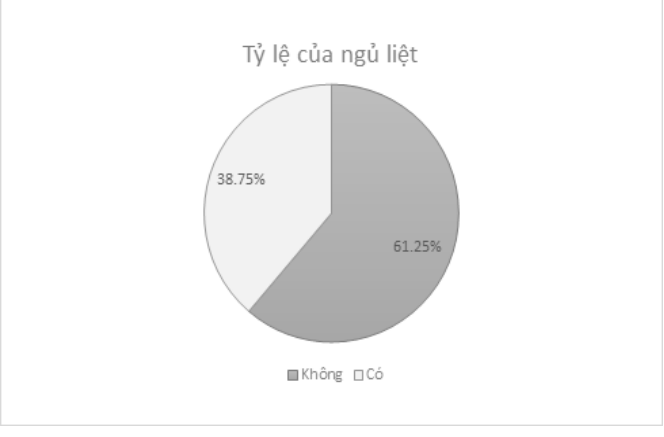
2.1. Đối tượng nghiên cứu: 160 bệnh nhân được điều trị nội trú ban ngày tại Bệnh viện Tâm thần ban ngày Mai Hương từ tháng 02/2021 đến tháng 10/2021.

2.2. Phương pháp nghiên cứu: Phương pháp mô tả. Các bệnh nhân được khám, phỏng vấn, làm các trắc nghiệm và ghi chép vào bệnh án nghiên cứu theo mẫu. Các số liệu được xử lý bằng phần mềm SPSS 22.

3. KẾT QUẢ VÀ BÀN LUẬN

3.1. Tỷ lệ và tần xuất của ngủ liệt

Biểu đồ 1: Tỷ lệ của ngủ liệt



Bảng 3.1. Đặc điểm tần xuất ngủ liệt

Tần xuất	Số lượng (n)	Tỷ lệ (%)
1 lần	12	23,08
Vài lần	30	57,69
Có giai đoạn liên tục	7	13,46
Liên tục	3	5,77
Tổng	52	100

Nhận xét: Có 52 bệnh nhân trong mẫu nghiên cứu xuất hiện triệu chứng ngủ liệt chiếm 38,75%. Kết quả này của chúng tôi tương đồng với nghiên cứu của Kotorii và cs (2001) thực hiện trên 8162 công dân của cho thấy tỷ lệ của chứng ngủ liệt là 39,6%. Sự xuất hiện ban đầu của chứng ngủ liệt đạt đỉnh điểm vào năm 16 tuổi. Brian và cs[2] (2011) cũng nhận thấy 31,9% bệnh nhân tâm thần có ít nhất 1 lần xuất hiện ngủ liệt. Đối với các bệnh nhân có những cơn hoảng sợ trong khi ngủ, tỷ lệ này là 34,6%[3]. Nhiều bệnh nhân xuất hiện các triệu chứng ngủ liệt liên tục thành giai đoạn nhiều ngày liên tiếp, hoặc số ít xuất hiện triệu chứng ngủ liệt mạn tính kéo dài. Những người bệnh có triệu chứng ngủ liệt lặp lại thường tăng nguy cơ xuất hiện các rối loạn lo âu, rối loạn hoảng sợ.

3.2. Đặc điểm lâm sàng ngủ liệt

Bảng 3.2. Đặc điểm cảm giác cơ thể trong ngủ liệt (n=52)

Cảm giác cơ thể	Số lượng (n)	Tỷ lệ (%)
Bị đè lên	36	69,23
Chuyển động	34	65,38
Rơi	23	44,23
Trôi	12	23,07
Quay/ xoay	12	23,07
Bay	5	9,62

Nhận xét: 69,23% bệnh nhân ngủ liệt có cảm giác ngực, cơ thể bị đè nặng. Về cảm giác cơ thể chuyển động trong trạng thái ngủ liệt gặp ở 65,38% bệnh nhân. Trong đó 44,23% cảm giác bị rơi, 23,07% bệnh nhân có cảm giác trôi hoặc xoay, có 9,62% bệnh nhân có cảm giác bay bổng. Kết quả nghiên cứu của chúng tôi tương đồng với những nghiên cứu trước đó. Benjamin và cs (2005)[4] nhận xét 57,7% người bệnh đều có cảm giác bị đè lên ngực hoặc cảm giác đè nặng, khiến cho người bệnh cảm thấy khó thở. Brian và CS (2019)[5] báo cáo có 51,89% người bệnh có cảm thấy áp lực lên ngực hoặc phần cơ thể khác. Những bất thường về cảm giác cơ thể thường thấy là cảm thấy cơ thể rơi (34,59%); cảm thấy cơ thể được kích thích (26,49%); cảm thấy cơ thể quay cuồng (12,97%); cảm thấy cơ thể xoay chuyển (11,89%); cảm giác cơ thể bay bổng (9,19%).

Bảng 3.3. Đặc điểm ảo giác xúc giác trong ngủ liệt (n=52)

Ảo giác xúc giác	Số lượng (n)	Tỷ lệ (%)
Xuất hiện	29	55,76
Rung	12	23,08
Ngứa	25	48,08
Nóng rát	22	42,31
Lạnh	16	30,77
Đau đớn	3	5,77
Bóp nghẹt	4	7,69
Kích thích	6	11,54
Đụng chạm	20	38,46
Tê bì	7	13,46

Nhận xét: Những kết quả trên phù hợp với các tác giả như Kenneth (2020) và Deniela Ramos (2019)[6] các ảo giác xúc giác gặp ở 58,38% người bệnh. Trong nghiên cứu của 2 tác giả trên, các ảo giác xúc giác được mô tả là cảm giác ngứa ran (41,08%); cảm giác ngột ngạt (38,92%); cảm giác lạnh (25,95%); cảm giác như bị chạm vào (22,28%); cảm giác rung (19,46%); cảm giác đau đớn (16,76%); cảm giác bị bóp ngẹt (15,68%). Kết quả nghiên cứu của chúng tôi mô tả đầy đủ các ảo giác xúc giác như trong 2 nghiên cứu trước đó và thêm cảm giác kích thích 11,54% và cảm giác tê bì 13,46%.

Bảng 3.4. Đặc điểm ảo thanh trong ngủ liệt

Ảo thanh	Số lượng (n)	Tỷ lệ (%)
Xuất hiện	19	36,54
Tiếng người nói rõ ràng	2	3,85
Tiếng người không rõ ràng	2	3,85
Tiếng bước chân	12	23,07
Tiếng rít/ tiếng kêu	3	5,77
Tiếng không rõ ràng	13	25

Nhận xét: Kết quả nghiên cứu của chúng tôi củng cố các nghiên cứu trước đó của Brian và cs (2016), Ambra Stefani (2020)[3,7]. Ngủ liệt là một trạng thái xảy ra khi giai đoạn ngủ REM xuất hiện khi đã thức giấc. Vào lúc này, người ta có thể đã nhận thức được xung quanh nhưng không thể cử động hoặc nói được (61,5%)[2,3,5]. Vào một số chu kỳ, có thể xuất hiện những ảo giác (nghe, nhìn, cảm nhận được một số thứ không có thật) dẫn đến những cơn hoảng sợ. Trong nghiên cứu của chúng tôi, xuất hiện nhiều nhất là ảo thanh tiếng bước chân 23,07% và tiếng không rõ ràng 25%.

Bảng 3.5. Đặc điểm ảo thị trong ngủ liệt

Ảo thị	Số lượng (n)	Tỷ lệ (%)
Xuất hiện	27	51,92
Khuôn mặt	12	23,07
Ma/ quỷ/ linh hồn	13	25
Người đã chết	10	19,23
Phù thủy/ ma cà rồng	2	3,85
Người ngoài hành tinh	5	9,62
Động vật	4	7,69
Không xác định	14	26,92

Nhận xét: Các ảo thị xuất hiện khiến người bệnh thường sợ hãi. Micheal và cs (2006) cho rằng các ảo giác thường đa dạng[8]. Đó có thể là sinh vật (24,59%) như ma, linh hồn, động vật, hình người đội mũ trùm, quỷ, phù thủy, người ngoài hành tinh, ma cà rồng … Có 21,62% người bệnh nhìn thấy một người đang hiện diện trong phòng; đó là người/ họ hàng đã biết, hoặc một người lạ không xác định. Một số tác giải thông kê người bệnh cho là họ nhìn thấy những người đã chết[5]. Nghiên cứu của chúng tôi xuất hiện phần lớn là hình ảnh khuôn mặt 23,07% và không xác định rõ hình ảnh 26,92%.

Bảng 3.6. Đặc điểm các triệu chứng khác trong ngủ liệt

Triệu chứng	Số lượng (n)	Tỷ lệ (%)
Cảm thấy khó thở	48	92,31
Không thể nói/ la/ kêu được	52	100
Không nhấc được tay/ chân	52	100
Tiểu/ đại tiện không tự chủ	2	3,85
Toát mồ hôi	27	51,92
Ảo khứu giác	0	0
Ảo vị giác	0	0
Hoang tưởng	1	1,92

Nhận xét: Các triệu chứng gặp trong ngủ liệt còn là cảm giác khó thở (92,31%); không thể nói/ kêu la (100%); không nhấc được tay chân (100%), toát mồ hôi (51,92%). Có 3,85% xuất hiện tiểu tiện không tự chủ, 1 bệnh nhân xuất hiện hoang tưởng là mình đã chết. Trong khoảng thời gian này, đa phần người bệnh đều rất khó chịu về tình trạng mất trương lực cơ, họ cảm thấy bất lực, sợ hãi, có nhiều trường hợp ngủ liệt liên tục mạn tính làm người bệnh sợ đi ngủ.

4. KẾT LUẬN

Tỷ lệ xuất hiện ngủ liệt ở người bệnh tâm thần là 38,75%, thường xuất hiện vài lần với tỷ lệ 57,69%. Các triệu chứng của ngủ liệt ở người bệnh tâm thần là cảm thấy cơ thể bị đè nặng 69,23%; cơ thể chuyển động 65,38%. Các ảo giác trong khi ngủ liệt là ảo giác xúc giác 55,67%; ảo thanh 36,54%; ảo thị 51,92%. Đa số cảm thấy lo âu, sợ hãi 84,62% hoặc trầm cảm 40,35%; có 15,38% cảm thấy hưng phấn, vui vẻ. Các triệu chứng gặp trong ngủ liệt còn là cảm giác khó thở (92,31%); không thể nói/ kêu la (100%); không nhấc được tay chân (100%), toát mồ hôi (51,92%), tiểu tiện không tự chủ và hoang tưởng.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

[1] Huy BQ, Sleep disorders, Medical Publishing House, 2019; p 7-63.

[2] Brian A, Lifetime prevalence rates of sleep paralysis: a systematic review. Sleep Med Rev, 2011 Oct;15(5):311-5.

[3] Brian A, A clinician's guide to recurrent isolated sleep paralysis. Neuropsychiatr Dis Treat, 2016; 12: 1761–1767.

[4] Benjamin J, Normal sleep and sleep disorders. Concise textbook of Clinical psychiatry second edition, 2005; p. 309 – 321.

[5] Brian A, Clinical features of isolated sleep paralysis. Sleep Med. 2019 Jun; 58:102-106.

[6] Daniela R, Recurrent sleep paralysis – Fear of sleeping, Rev Paul Pediatr, 2019 Nov 25; 38: e2018226.

[7] Ambra S, Nightmare Disorder and Isolated Sleep Paralysis, Neurotherapeutics. 2020 Nov 23.

[8] Micheal W, Rates of isolated sleep paralysis in outpatients with anxiety disorders, J Anxiety Disord. 2006; 20(5):687-93