

Küsimus 2:

Kas kõigil une-ärkveloleku rütmi häire kahtlusega patsientidel tuleb kasutada unepäevikut vs mitte?

Otsing läbi viidud 05.01.2018 ja tulemuseks saadud 111 kirjet, ka pärast ajalise ja keelepiirangu lisamist (publikatsioonid alates 2007. aastast, keel: English) jäi nimekirja **64 kirjet** (tulemused eraldi failis).

Une-ärkveloleku rütmi häired (*circadian rhythm sleep-wake disorders* (CRSWD)) on unehäirete rühm, mida iseloomustab une ja ärkveloleku ajastatus erineb oluliselt patsiendi ootustest või sotsiaalselt aktsepteeritud rütmist. Nende hulka kuuluvad nn eksogeense tekkega häired, mille põhjuseks on vahetustega töö või reisimine erinevate ajavööndite vahel, ja endogeense tekkega häired nagu hilinenud une-ärkveloleku faasi häire (*delayed sleep-wake phase disorder* (DSWPD)), varajase une-ärkveloleku faasi häire (*advanced sleep-wake phase disorder* (ASWPD)), nn *non-24-hour sleep-wake rhythm disorder* (N24SWRD) ja ebaregulaarse une-ärkveloleku rütmi häire (*irregular sleep-wake rhythm disorder* (ISWRD)).

Vastavalt rahvusvahelisele unehäirete klassifikatsioonile (ka värскеimale 3. väljaandele) kuulub unepäeviku hindamine nimetatud unehäirete diagnostiliste kriteeriumite hulka. Une-ärkveloleku rütmi häirete diagnoosimise aluseks on unepäeviku pidamine.

Enamus leitud artiklitest on kliinilised uuringud, mis kajastavad erinevate une-ärkveloleku rütmi häiretega patsientide osas läbiviidud üksikuuringuid. Kuid leiti ka 2 ravijuhendit – Ameerika Unemeditsiini Akadeemia (AASM) ravijuhend ja Poola Uneteaduse Ühingu ravijuhend. Mõlemas ravijuhendis on unepäeviku kasutamine une-ärkveloleku rütmi diagnoosimiseks näidustatud.

Kuna unepäeviku pidamine kuulub nende unehäirete diagnostiliste kriteeriumite hulka ja on selle eelduseks, siis eraldi uuringuid, mis oleksid näiteks võrrelnud unepäeviku ja mõne muu diagnostilise vahendi kasutamist une-ärkveloleku rütmi häirete diagnoosimiseks, ei leidunud.

Unepäevik on definitsiooni kohaselt une-ärkveloleku rütmi häirete diagnoosimise aluseks vastavalt rahvusvahelisele unehäirete klassifikatsioonile. Leidud kaks diagnostilist ravijuhist soovivad unepäevikut kasutada une-ärkveloleku rütmi häirete diagnoosimiseks.

Viited (kataloogi lisatud täistekstid):

1. Morgenthaler TI, Lee-Chiong T, Alessi C, Friedman L, Aurora RN, Boehlecke B, Brown T, Chesson AL, Kapur V, Maganti R, Owens J, Pancer J, Swick TJ, Zak R, Standards of Practice Committee of the American Academy of Sleep Medicine. **Practice parameters for the clinical evaluation and treatment of circadian rhythm sleep disorders. An American Academy of Sleep Medicine report.** *Sleep.* 2007 Nov;30(11):1445-59.

2. Wichniak A, Jankowski KS, Skalski M, Skwarło-Sońta K, Zawilska JB, Żarowski M, Poradowska E, Jernajczyk W. **Treatment guidelines for Circadian Rhythm Sleep - Wake Disorders of the Polish Sleep Research Society and the Section of Biological Psychiatry of the Polish Psychiatric Association. Part II. Diagnosis and treatment.** *Psychiatr Pol.* 2017 Oct;51(5):815-832.