

# **Obravnavna motenj spanja pri starostnikih**

## **Dealing with sleep disorders in the elderly**

*Leja Dolenc Grošelj\**

### **Izvleček**

Motnje spanja so pogost pojav med starostniki. Spremenjeno spanje v tem življenjskem obdobju je delno posledica normalnih fizioloških procesov staranja, delno pa raznih bolezni, ki so pogostejše v starosti. Pri bolnikih z demenco pogosto opazamo spremenjeno spanje in motnje cirkadianega ritma. V starosti se pogosto pojavljajo tudi različne disomnije, kot so sindromi obstruktivne in centralne apneje, nemirnih nog in periodičnih gibov udov v spanju. Obravnavna starostnika z motnjo spanja mora vsebovati natančno anamnezo in heteroanamnezo ter klinični pregled (internistični, nevrološki in otorinolaringološki). Pomembno je iskanje primarnih vzrokov motenj spanja. Samo natančna klinična opredelitev motnje spanja vodi v pravilno izbiro nadaljnjih diagnostičnih preiskav in pravilno zdravljenje.

### **Abstract**

Sleep disorders are common among the elderly. Sleep disturbances may partly result from the normal aging process per se or are the consequence of different medical problems frequently present in the elderly. Sleep changes and circadian rhythm disturbances are often present in the patients with dementia. In the elderly, different dysomnias like obstructive and central apnea syndrome, restless legs syndrome and periodic limb movement disorder are frequent. Dealing with sleep disorders in the elderly should consist of an exhaustive interview and a clinical examination (internal, neurological and ear-nose-throat examination). It is important to search for primary sleep disturbances. Only an exact clinical definition of sleep disturbances can lead to the right choice of further diagnostic procedures and appropriate treatment.

---

*\*Asist. dr. Leja Dolenc Grošelj, dr. med., Inštitut za klinično nevrofiziologijo, Klinični center, Zaloška 7, 1000 Ljubljana, e-pošta: leja.dolenc@kclj.si*