

Bs Quang - YHCT

1. BỆNH HỌC MẤT NGỦ THEO Y HỌC HIỆN ĐẠI

1.1 Khái niệm:

Mất ngủ được định nghĩa là khó đi vào giấc ngủ, khó duy trì giấc ngủ hoặc thức giấc quá sớm và không quay trở lại được giấc ngủ hoặc ngủ dậy có cảm giác không ngon giấc và mệt mỏi.

1.2 Phân loại

- Phân loại Quốc tế về Rối loạn giấc ngủ (The International Classification of Sleep Disorders, Third Edition - ICSD-3): bao gồm bảy loại rối loạn giấc ngủ chính:

- Mất ngủ
- Rối loạn nhịp thở liên quan đến giấc ngủ
- Rối loạn trung ương gây tăng âm thanh
- Rối loạn nhịp thở sinh học
- Bệnh mất ngủ giai
- Rối loạn vận động liên quan đến giấc ngủ
- Các rối loạn giấc ngủ khác

- Mất ngủ được phân thành 3 nhóm chính:

- Rối loạn mất ngủ ngắn hạn (Short-Term Insomnia Disorder)
- Rối loạn mất ngủ mãn tính – Mất ngủ không thuyên giảm (Chronic Insomnia Disorder)
- Rối loạn mất ngủ khác (Other Insomnia Disorder) (khi bệnh nhân có các triệu chứng mất ngủ nhưng không đáp ứng các tiêu chí của hai loại mất ngủ còn lại).

Mất ngủ - bệnh học, diễn u triển và d phòng

Viết bởi Biên tập viên

Thứ năm, 08 Tháng 2 2024 14:46 -

- Các n bệnh tr c đây đã phân lo i r i lo n mất ngủ mãn tính thành các lo i nguyên phát và b nh kèm theo, nh ng chúng đã b lo i b trong ICSD-3 vì chúng không c i thi n đ chính xác trong ch n đoán.

[Xem tiếp t i đây](#)