睡眠记忆刺激可治疗创伤后应激症

作者：writer 来源：科学网

本文原地址：https://www.iikx.com/news/progress/28779.html

本文仅供学习交流之用，版权归原作者所有，请勿用于商业用途！

睡眠记忆刺激可治疗创伤后应激症。目前，创伤后应激障碍（PTSD）的首选治疗方法是暴露疗法，即治疗师帮助患者重新连接与创伤记忆相关的情绪，使其从恐惧和兴奋转变为更中立的反应。然而，高达50%的患者对这种治疗反应不佳。

现在，科学家发现，在睡眠期间，重新激活治疗性改变的记忆，会导致更多与记忆处理相关的大脑活动，这与PTSD症状的减轻有关。相关研究近日发表于《当代生物学》。

我们的目标是将睡眠作为PTSD的一个新的治疗窗口。论文通讯作者之一、荷兰阿姆斯特丹大学医学中心的Hein van Marle说，这是第一次证明在睡眠期间可能提高白天治疗效果。

PTSD是一种心理健康障碍，可能在经历或目睹创伤性事件后发生，患者可能会出现病理性重现、噩梦、高度警惕、过度觉醒、情绪和睡眠问题。目前可用的治疗方法包括眼动脱敏再处理疗法（EMDR），治疗师通过移动的光或咔哒声来分散病人的注意力，引导他们回忆创伤记忆。

虽然，EMDR已经显示出积极的效果，但Van Marle说，它的成功率很低，而且患者退出治疗的情况很常见，因为重温创伤记忆会造成情感负担。

因此，Van Marle和合作者，包括阿姆斯特丹大学医学中心的第一作者Christa Van der Heijden和阿姆斯特丹大学的Lucia Talamini等，开始研究如何提高EMDR治疗的效果和持久性。

睡眠提供了一个独特的机会增强对创伤事件新形成情绪反应的记忆。在睡眠期间，大脑专注于巩固记忆和长期存储信息。先前的研究表明，如果一个人在实验中听到声音或闻到气味的情况下形成了新的记忆，那么在他们睡觉时让其再次听到声音或闻到气味，可以提高醒来后回忆起那段记忆的能力。这种记忆增强术被称为目标记忆再激活（TMR）。

在Van Marle的实验中，研究小组首先在晚上对33名PTSD患者进行了EMDR。晚上，研究人员在实验室里记录这些患者睡觉时的脑电波。研究小组为其中17名患者在其睡觉时，再次播放EMDR治疗过程中使用的咔哒声，目的是加强治疗记忆的储存，减轻PTSD症状。他们发现，与睡眠中没有听到咔哒声的参与者相比，听到声音的患者表现出与记忆处理和巩固相关的更高水平的脑电波活动。

在TMR组中，脑电波活动的这些诱发变化与PTSD症状的更大减轻有关。此外，研究小组发现，接受TMR的患者在听到重述创伤事件的音频片段时，不再抗拒接触创伤记忆——PTSD的一个关键症状。

然而，与仅接受EMDR的患者相比，研究人员并未发现接受TMR的患者PTSD症状有所改善。在我们的实验中，TMR刺激不足以对大多数临床结果产生影响，部分原因是EMDR过程已经相当有效。Van Marle说。

在定于今年秋天开始的后续实验中，该团队计划连续5个晚上对患者进行TMR治疗，以便弄清重复的TMR是否对减轻PTSD症状有更大的效果。睡眠和记忆领域一直对在PTSD患者身上应用TMR持谨慎态度。我们很高兴看到TMR对这些患者没有负面影响。Van Marle说，在TMR后，没有患者报告更多的噩梦或睡眠恶化。这让我们更有信心在未来的工作中更频繁地应用它。

许多精神疾病，如恐惧症、焦虑症和成瘾症，也与记忆适应不良有关。Van Marle希望这项工作可以启发相关研究，探索TMR在治疗其他疾病方面的有益作用。（来源：中国科学报 冯维维）

相关论文信息：http://doi.org/10.1016/j.cub.2024.07.019

作者：Hein van Marle 来源：《当代生物学》

更多 科学进展 请访问 https://www.iikx.com/news/progress/

本文版权归原作者所有，请勿用于商业用途，爱科学iikx.com转发