

夢遊

Sleep Walking

作者：蕭慧敏及張翠娟
出版人：青山醫院精神健康學院
地址：新界屯門青松觀路十五號
電話：24567111
傳真：24559330
網址：www.ha.org.hk/cph

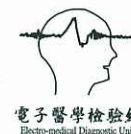


青山醫院 01/2005 (第二版)

© 本刊物任何部分之資料，如未獲版權持有人允許，不得用任何方式（包括電子、機械、影印或記錄）抄襲、翻印、儲存在任何檢索系統上或傳輸。



青山醫院
Castle Peak Hospital



電子醫學檢驗組
Electro-medical Diagnostic Unit



精神健康學院
Institute of Mental Health



1. 何謂夢遊

- ★ 夢遊患者在睡眠中起床並四處走動。一個人在夢遊的時候，其視覺、聽覺、觸覺等感官仍保留相當的接收能力，在其熟悉的環境裡大概可以行動自如，也可做出各種動作
- ★ 患者於夢遊時雙目瞪視，面無表情。他不會回應別人的說話而別人也很難喚醒他，但他可能會服從別人的命令而躺回床上去
- ★ 夢遊通常發生於主要睡眠時段的前三分之一，也是發生在非快速眼動期間(Non-Rapid Eye Movement Stage)
- ★ 夢遊的每次發作通常維持數秒至數分鐘。在罕有的情況下，也可維持長達一小時
- ★ 醒來後，患者完全記不起他夢遊時所作的一切

2. 發病率

- ★ 發病率在百份之一至六左右，最常見於五至十二歲之間的兒童身上。兒童的夢遊大約有一半在成年後消失

3. 成因

- ★ 遺傳因素

有一半左右的夢遊者可在其親屬中找到其他患夢遊的人

4. 診斷

- ★ 臨床診斷

多項睡眠電圖檢查(Polysomnography)

5. 治療

- ★ 要避免患者在夢遊時發生意外，患者及家人應做好安全措施，例如：鎖好門及窗，將利刀、剪刀等鋒利物件收藏好
- ★ 要有充足的時間睡眠
- ★ 避免在睡前喝酒

