

Verzögerte Schlafphase geht mit Depressionseffekten für Denken und Soziales einher

Datum: 20.03.2023

Original Titel:

Delayed sleep-wake rhythm is associated with cognitive dysfunction, social dysfunction, and deteriorated quality of life in patients with major depressive disorder

Kurz & fundiert

- Depression häufig mit verzögerter Schlafphase
- Zusammenhang mit kognitiven Störungen, sozialen Störungen und Lebensqualität?
- Querschnittstudie: Aktigraphie und Korrelation mit funktionellen Effekten der Depression
- 33 Patienten mit Depression
- Verzögerter Schlaf korrelierte mit Denkleistung, sozialer Funktion und Lebensqualität
- Kein Zusammenhang mit weiteren Schlafparametern

MedWiss - Eine Querschnittstudie in Japan zeigte einen Zusammenhang zwischen verzögerter Schlaf-Wach-Phase, kognitiven Störungen, sozialen Störungen und der Lebensqualität bei Patienten mit Depression. Schlaf und Schlafenszeiten sollten demnach auch im Arzt-Patienten-Gespräch berücksichtigt werden.

Eine Verschiebung der Schlaf-Wach-Phasen wird häufig bei Depression beobachtet und wird als möglicherweise mit funktionellen Störungen assoziiert diskutiert. Die vorliegende Studie evaluierte den Zusammenhang zwischen verzögerter Schlaf-Wach-Phase, kognitiven Störungen, sozialen Störungen und der Lebensqualität bei Patienten mit Depression.

Zusammenhang zwischen verzögerter Schlafphase und Depressionseffekten auf Denken und Leben?

Dieser Querschnittsstudie in Japan ermittelte den objektiven Schlaf-Wach-Rhythmus depressiver Patienten in ambulanter Behandlung mittels Aktigraphie. Dabei wird mit Hilfe eines kleinen Geräts die Aktivität eines Menschen aufgezeichnet und so auch über den Tagesverlauf deutlich, wann man zur Ruhe kommt und schläft. Die Wissenschaftler bestimmten den mittleren Zeitpunkt der Schlafphase für jeden Teilnehmer, um die Verschiebung der Schlaf-Wach-Phasen zu erfassen. Funktionelle Beeinträchtigungen wurden mit Hilfe von drei Fragebögen (Brief Assessment of Cognition in Schizophrenia, BACS-J; World Health Organization Disability Assessment Schedule, WHO-DAS; Euro QOL 5 dimensions, EQ5D) ermittelt.

Querschnittstudie: 33 ambulante Patienten mit Depression

33 Patienten mit Depression im durchschnittlichen Alter von 50,5 Jahren (51,5 % Männer) nahmen an der Studie teil. Bei 6 der 33 Patienten (18,2 %) wurde anhand der Aktigraphie ein verzögertes Schlafphasensyndrom diagnostiziert, das sich durch eine Verzögerung der Schlafphase im Vergleich zur allgemeinen Bevölkerung um zwei oder mehr Stunden auszeichnet. Die Analyse der aktigraphischen Untersuchung im Vergleich zu den funktionellen Effekten der Depression zeigte eine signifikante Korrelation (r-Wert) der Rhythmus-Verschiebung mit den funktionellen Störungen:

- BACS-J: $r = -0,489$; $p = 0,010$
- WHO-DAS: $r = 0,466$; $p = 0,014$
- EQ5D: $r = 0,472$; $p = 0,013$

Weitere Schlafparameter wie Schlaflatenz (wie lange man zum Einschlafen benötigt), gesamte Schlafdauer und Schlafeffizienz (abhängig von der nicht-schlafend im Bett verbrachte Zeit) korrelierten nicht signifikant mit den funktionellen Effekten der Depression.

Verzögerte Schlaf-Wach-Phase geht mit funktionellen Störungen bei Depression einher

Die Studienergebnisse zeigen einen Zusammenhang zwischen einer verschobenen Schlaf-Wach-Phase und Störungen in Denkleistung, sozialen Störungen und reduzierter Lebensqualität bei Depression. Bei bestehender Depression sollten demnach Ärzte und Patienten auch auf den Schlaf-Wach-Rhythmus eingehen. Welche Rolle dies bei Behandlung und Vorbeugung erneuter depressiver Episoden spielt, müssen weitere Studien ermitteln.

Referenzen:

Takaesu, Y., Kanda, Y., Nagahama, Y., Shiroma, A., Ishii, M., Hashimoto, T., & Watanabe, K. (2022). Delayed sleep-wake rhythm is associated with cognitive dysfunction, social dysfunction, and deteriorated quality of life in patients with major depressive disorder. *Frontiers in Psychiatry*, 0, 2543. <https://doi.org/10.3389/FPSYT.2022.1022144>