**Narkolepsia- krátka informácia určená pacientom**

**Čo je narkolepsia?**

Narkolepsia je porucha, ktorá spôsobuje dennú ospalosť a náhle, nekontrolovateľné nutkanie na spánok. Môžete zaspať náhle, bez varovania na niekoľko sekúnd až niekoľko minút naraz. Môžete mať iba niekoľko záchvatov spánku alebo veľa záchvatov spánku v priebehu jedného dňa. K záchvatom spánku môže dôjsť po jedle alebo pri rozhovore, práci, vedení vozidla, čítaní alebo sledovaní televízie. Narkolepsia sa zvyčajne začína vo veku od 7 do 30 rokov, ale môže sa začať v ktoromkoľvek veku. Akonáhle to začne, považuje sa táto porucha za celoživotnú.

**Čo je príčinou narkolepsie?**

Najčastejšou príčinou (90% pacientov) vzniku narkolepsie je nedostatok chemickej látky- hypokretínu, ktorá zodpovedá za udržanie bdelosti. Poškodenie alebo úplné zničenie neurónov v mozgu, ktoré túto látku produkujú, vzniká pôsobením vonkajších činiteľov ako sú napr. infekcie a u geneticky predisponovaného jedinca. Nejedná sa ale o genetickú poruchu, ale vzájomné pôsobenie imunitného činiteľa s faktorom prostredia. Ochorenie patrí do skupiny autoimunitných ochorení. Nie sú však zatiaľ odhalené všetky príčiny vzniku narkolepsie.

**Príznaky ochorenia:**

• Extrémna ospalosť počas dňa, vrátane záchvatov spánku. Denná ospalosť je najbežnejší príznak narkolepsie. Nemôžete odolať nutkaniu spať. Ospalosť môže rušiť bežné činnosti doma, v škole alebo v práci. Môže ovplyvňovať vedenie motorového vozidla. Ataky spánku sú nedobrovoľné, krátke, trvajú iba minút, môžu sa ale vyskytovať niekoľkokrát denne.

• Kataplexia. Náhla strata svalového tonusu môže spôsobiť, že spadnete na zem. Spúšťačom záchvatov je emócia, najčastejšie smiech, zvyčajne pritom nestratíte vedomie.

• Halucinácie. Pri zaspávaní, alebo zobúdzaní môžete vidieť alebo počuť veci, ktoré nie sú skutočné.

• Spánková paralýza. Môže sa stať, že sa nebudete môcť chvíľu pohybovať alebo hovoriť najčastejšie nadránom pri prebúdzaní.