CLÍNICA VIVALDI · SCHEDA GRATUITA · SONNO-VEGLIA

Narcolessia

Attacchi di sonno irresistibili durante il giorno, spesso con cataplessia (perdita improvvisa del tono muscolare con emozioni intense). È un disturbo neurologico.

SEGNALI FREQUENTI

- Attacchi di sonno durante il giorno
- Debolezza muscolare con la risata o l'emozione
- Paralisi del sonno o allucinazioni all'addormentamento

INDICAZIONI PER TE

1. Diagnosi in un centro per i disturbi del sonno
2. Sonnellini programmati
3. Sostegno psicologico per adattarsi

PER LA FAMIGLIA E LE PERSONE VICINE

1. Rispetta i suoi sonnellini programmati
2. Non lasciarlo/a guidare se ha attacchi di sonno

QUANDO CHIEDERE AIUTO

1. Rivolgiti a un centro per i disturbi del sonno
2. Se ti addormenti alla guida, non guidare

DA OSSERVARE E ANNOTARE

☐ Durante il giorno mi viene un sonno irresistibile
☐ Mi addormento in situazioni inaspettate
☐ Quando rido o mi emoziono perdo forza nelle gambe
☐ Quando mi addormento o mi sveglio non riesco a muovermi
☐ Ho immagini molto vivide quando mi addormento
☐ Dormo male di notte
☐ I sonnellini brevi mi danno sollievo
☐ È iniziato tempo fa e non migliora

RISORSE GRATUITE

- Test online e indicazioni: clinicavivaldi.com/it/trastorno/narcolepsia
- Società Spagnola del Sonno: informazioni per i pazienti: https://ses.org.es/
- In Spagna: linea 024 (prevenzione del suicidio, 24 h) · Emergenze 112