Emicrania e disturbi del sonno in gravidanza: una frequente comorbilità

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica
H. San Raffaele Resnati, Milano

Qiu C, Frederick IO, Sorensen T, Aurora SK, Gelaye B, Enquobahrie DA, Williams MA.
Sleep disturbances among pregnant women with history of migraines: a cross-sectional study
Cephalalgia. 2015 Jan 29. pii: 0333102415570493. [Epub ahead of print]

Verificare l'incidenza dei disturbi del sonno nelle donne in gravidanza soggette o non soggette all'emicrania: è questo l'obiettivo dello studio coordinato da Chun-fang Qiu, del Center for Perinatal Studies presso lo Swedish Medical Center di Seattle, USA, e al quale hanno partecipato con propri ricercatori anche la Stanford University, lo USA Department of Epidemiology, la University of Washington School of Public Health e la Harvard School of Public Health.

L'**emicrania** risulta frequentemente associata ai **disturbi del sonno** negli uomini e nelle donne non in gestazione. Poco si sapeva invece, finora, riguardo alla correlazione fra le due patologie nelle donne in gravidanza.

La ricerca è stata condotta su **1324 donne** reclutate durante i primissimi mesi di gestazione. La diagnosi di emicrania è stata effettuata sulla base dei criteri stabiliti dalla **International Classification of Headache Disorders-II**; i disturbi del sonno, invece, sono stati accertati con il questionario del **Pittsburgh Sleep Quality Index** (PSQI), che ha permesso di valutare la durata e la qualità del sonno, la sonnolenza diurna, e altre caratteristiche del riposo notturno.

Dall'analisi dei dati raccolti è emerso che le donne colpite da emicrania durante la gravidanza hanno **una maggiore probabilità** di soffrire anche di:

- **breve durata del sonno** (meno di 6.5 ore per notte) (AOR = 1.47, 95% CI 1.07-2.02);
- **scarsa qualità del sonno** (PSQI>5) (AOR = 1.73, 95% CI 1.35-2.23);
- **sonnolenza diurna** (AOR = 1.51, 95% CI 1.12-2.02).

Inoltre:

- le donne sofferenti di emicrania in gravidanza ricorrono più frequentemente ai **sonniferi** (AOR = 1.71, 95% CI 1.20-2.42);
- dai dati non emergono differenze significative fra emicrania **con aura** e **senza aura**;
- la probabilità di avere un sonno disturbato è massima fra le donne che, oltre a soffrire di emicrania, erano **sovrappeso** prima del concepimento.

© 2015 - Fondazione Alessandra Graziottin - www.fondazionegraziottin.org