

AZ ALVÁS ELTÉRŐ HATÁSA KÜLÖNBÖZŐ IMPLICIT TANULÁSI MECHANIZMUSOKRA ALVÁSI APNOÉBAN

Csábi Eszter

SZTE Neveléstudományi Doktori Iskola

Kulcsszavak: alvás; implicit tanulás; alvási apnoe

Számos bizonyíték támasztja alá azt, hogy az alvás szerepet játszik az emlékezeti konszolidációban azáltal, hogy ideje alatt olyan neurális változások következnek be, amelyek facilitálják a tanult anyagok hosszú távú tárolását. Ennek ellenére az alvás szerepe az implicit tanulásban vitatott, vannak korábbi vizsgálatok, melyek nem mutattak ki alváshatást és vannak, melyek nagyobb javulást találtak az implicit tanulást mérő feladatokon alvást követően, mint ugyanannyi idejű ébrenlét után.

Jelen kutatás célja az alvás és az implicit tanulás kapcsolatának feltérképezése alvási apnoés betegek körében, mely ideális populáció az alvásdepriváció hatásának vizsgálata, hiszen az ismételten visszatérő felső légúti elzáródás eredményeképpen kialakuló oxigénhiányos állapot és a következtében megjelenő ébredések teljesen szétzúrodzik a normál alvásmintázatot.

A vizsgálatban 19 alvási apnoés és 19 – életkorban és munkamemória-teljesítményben illesztett – egészséges kontrollszemély vett részt. Az implicit tanulás mérésére az ASRT (Alternating Serial Reaction Time Test) feladatot használtuk, mely lehetővé teszi, hogy külön tudjunk vizsgálni a kétféle tanulási mechanizmust, az általános motoros és a szekvenciaspecifikus tanulást. A teszt felvételére mindkét csoport esetében az éjszakai alvás előtt és másnap reggel került sor.

Szignifikáns különbséget kaptunk az általános motoros tanulás alvás alatti konszolidációjánál az apnoés személyek és a kontrollcsoport tagjai között. A kontrollcsoport tagjai javulást mutattak a reggeli tesztfelvételen, sokkal gyorsabbak voltak az apnoés csoporthoz képest. Ugyanakkor a szekvenciaspecifikus tanulásban nem találtunk szignifikáns különbséget a két csoport között, ami felhívja a figyelmet arra, hogy az alvás eltérően hat különböző tanulási és emlékezeti folyamatokra.