

Полуэктов подчеркнул, что не существует результатов исследований о влиянии гаджетов на сон в связи со снохождением. Сомнолог отметил, что такие приступы могут вызвать любые психические нагрузки и у детей, и у взрослых. Всё, что «снижает сопротивляемость нервной системы».

И страдают сомнамбулизмом именно дети, у взрослых «снохождение случается крайне редко». По словам врача, эпизоды снохождения заканчиваются примерно к 14 годам, а во взрослом возрасте проявляются крайне редко.

«У детей, например, приступы снохождения может спровоцировать нарушение режима. Они могут поздно ложиться спать и недосыпать или играть допоздна в игры. Иногда это происходит из-за того, что ребёнок заболел, то есть любой фактор, который ослабляет нервную систему, может вызывать и провокацию снохождения», — отметил Полуэктов.

Материалы новостного характера нельзя приравнивать к назначению врача. Перед принятием решения посоветуйтесь со специалистом.