دواء جديد واعد يعزز جودة النوم ويقلل الأرق: دراسة أولية.

تأليف

فبراير 6, 2026

ARABPSYCHOLOGY.COM

اقتبس من هذا المقال

(2026). دواء جديد واعد يعزز جودة النوم ويقلل الأرق: دراسة أولية.. عرب سايكلوجي. تم الاسترجاع من https://arabpsychology.com/?p=118379

هل تعاني من ليالٍ طويلة من الأرق، تجد فيها النوم بعيد المنال؟ قد يكون الحل قريباً، حيث أظهرت دراسة حديثة نتائج واعدة لعلاج جديد محتمل للأرق، يعتمد على طريقة عمل مختلفة عن الأدوية التقليدية.

النقاط الرئيسية

أظهرت نتائج الدراسة أن دواءً جديداً اسمه "سونوبينوب" (Sunobinop) يزيد من كفاءة النوم بشكل ملحوظ مقارنةً بالعلاج الوهمي (placebo).
يعمل الدواء عن طريق التأثير على مستقبلات معينة في الدماغ، مما يحسن من قدرة الجسم على البقاء نائماً ويقلل من الاستيقاظ المتكرر أثناء الليل.
لم يسبب الدواء آثاراً جانبية خطيرة في الدراسة، مما يشير إلى أنه قد يكون خياراً علاجياً آمناً للأرق.
تشير النتائج إلى أن جرعات منخفضة من الدواء (<3 ملغ) قد تكون فعالة في تحسين النوم دون التسبب في آثار متبقية في اليوم التالي.

الأرق، وهو اضطراب شائع يصيب ما يصل إلى 20٪ من سكان العالم، يؤثر سلباً على الإنتاجية والصحة العامة والرفاهية. على الرغم من وجود خيارات علاجية دوائية للأرق، إلا أن جودة حياة المرضى الذين يتناولون الأدوية المنومة (hypnotics) ليست أعلى من أولئك الذين لا يتناولونها، مما يكشف عن فجوة كبيرة في العلاج. هذا ما دفع الباحثين إلى البحث عن طرق جديدة لعلاج هذا الاضطراب.

المنهجية

قام باحثون بإجراء دراسة عشوائية مزدوجة التعمية (randomized, double-blind) على 30 مريضاً يعانون من اضطراب الأرق وفقاً للمعايير التشخيصية الواردة في الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية، الإصدار الخامس (DSM-5). تم تقسيم المشاركين عشوائياً إلى مجموعات تتلقى جرعات مختلفة من دواء سونوبينوب (0.5 ملغ، 1.0 ملغ، 3.0 ملغ، و 6.0 ملغ) بالإضافة إلى مجموعة تتلقى علاجاً وهمياً. تم قياس معايير النوم باستخدام تخطيط النوم (polysomnography - PSG)، وهو اختبار يسجل نشاط الدماغ ومعدل ضربات القلب وحركات العين والتنفس أثناء النوم. بالإضافة إلى ذلك، تم تقييم النوم ذاتياً من قبل المرضى، وتم تسجيل أي آثار جانبية محتملة.

النتائج

أظهرت الدراسة أن سونوبينوب يزيد من كفاءة النوم بشكل يعتمد على الجرعة. كفاءة النوم، وهي نسبة الوقت الذي يقضيه الشخص نائماً إلى الوقت الذي يقضيه في السرير، زادت بشكل ملحوظ بنسبة 12.1٪ و 14.7٪ و 17.6٪ و 19.0٪ مقارنة بالخط الأساس (baseline) عند جرعات 0.5 ملغ و 1.0 ملغ و 3.0 ملغ و 6.0 ملغ على التوالي ($P \leq 0.001$) مقارنة بالعلاج الوهمي. كما حسّن الدواء من القدرة على الاستمرار في النوم، حيث قلل من الوقت الذي يستغرقه الشخص للاستيقاظ بعد النوم.

ما يميز سونوبينوب عن الأدوية المنومة الأخرى هو أنه أثر على مراحل النوم الأولى والثانية (N1 و N2) دون التأثير على مرحلة حركة العين السريعة (REM sleep)، وهي مرحلة مهمة لتعزيز الذاكرة والتعلم. وقد توافقت نتائج تخطيط النوم مع التقييمات الذاتية للمرضى. الأحداث السلبية (adverse events) التي تم تسجيلها كانت خفيفة في الغالب، ولم يضطر أي من المشاركين إلى الانسحاب من الدراسة بسببها.

ARABPSYCHOLOGY.COM

التداعيات

خلص الباحثون إلى أن سونوبينوب آمن وجيد التحمل من قبل المرضى، وأن الجرعات المنخفضة (<3 ملغ) قد تكون فعالة في تحسين النوم دون التسبب في آثار جانبية متبقية في اليوم التالي. هذه النتائج تشير إلى أن سونوبينوب لديه القدرة على أن يصبح خياراً علاجياً جديداً واعداً لاضطرابات النوم، بما في ذلك الأرق. ومع ذلك، أكد الباحثون على الحاجة إلى إجراء دراسات أكبر وأكثر شمولاً لتأكيد هذه النتائج وتحديد أفضل طريقة لاستخدام هذا الدواء في علاج الأرق. هذه الدراسة، التي أجراها باحثون في مجال علم الأدوية، تمثل خطوة مهمة نحو تطوير علاجات أكثر فعالية وأماناً للأرق، وهو اضطراب يؤثر على حياة الملايين حول العالم.

Reference

Whiteside, G.T. (2026). *Efficacy and safety of a selective partial agonist for nociception/orphanin-FQ peptide (NOP) receptors in patients with insomnia disorder*. British Journal of Clinical Pharmacology.

DOI: 10.1002/bcp.70193

ARABPSYCHOLOGY.COM