

小猫小狗睡觉也会做梦吗?

各位小朋友你们好呀,我是金毛多多,今天我的小主人问我为什么睡觉会打呼,听起来跟人一样?没错,其实和人类一样,几乎所有动物都需要某种形式的休息或睡眠,大多数动物都依靠自然的昼夜节律来调节睡眠和觉醒这两种不同的状态。

你们知道吗,其实我们睡觉不仅会打呼,还会像人一样做梦,“说梦话”、睡梦中尿床,甚至还会进行有节奏的头部运动,是不是很神奇?

最近国外的科学家对包括狗狗在内的一些动物进行了睡眠研究,研究结果还发布在了美国《发现》杂志上。

根据研究,科学家发现不同物种的睡眠模式有很大差异。例如,猫每天可以睡16个小时,而大象每天只睡约2个小时。长颈鹿会在一整天内断断续续地打盹,每次持续时间约为5分钟。尽管长颈鹿每天的睡眠时间可能长达4.5小时,但据估计,鹿兄只有30分钟是深度睡眠。

在我们动物世界,捕食者一天中的睡眠时间很长,有安全睡眠场所的动物比露天睡觉的动物睡得更多。有些动物,比如马的骨骼适应能力强,可以站着睡觉。但是,它们在这种姿势下无法进入快速眼动睡眠阶段,而要进入快速眼动睡眠阶段,它们必须躺着睡才行。

你们知道睡觉最有趣的是哪种动物吗?答案就是海豚。海豚睡觉时只有一半大脑处于休息状态,即所谓的“半脑睡眠”,而另一半处于警觉状态。

肯定有人会好奇:你们动物睡觉会做梦吗?

这些都从有经验的兽医那里得到了证实:动物睡觉时会四肢晃动、面部肌肉抽动和发声,这表明动物实际上在做梦。动物研究人员也指出,白天行为对动物做梦的影响与对人类的影响相似。

值得注意的是,非人类哺乳动物和人类的共同点是存在快速眼动睡眠阶段。科学家观察表明,快速眼动睡眠阶段的特点是高度活跃,视觉活动、运动活动和代谢活动在这一时期都会增加。就以我们狗狗为例吧,在快速眼动睡眠阶段经常吠叫或抽动腿。



不同动物的睡眠秘密



制图 赵海运

不同动物有不同睡眠模式

2

动物也会受睡眠障碍困扰

据美国国家睡眠基金会网站介绍,与人类睡眠相关的比较研究通常在小鼠、大鼠、猫和我们狗身上进行,研究表明,多种动物都会受到睡眠障碍的影响。

《睡眠与健康》杂志报道称,就像人类一样,动物的睡眠障碍可能是原发性的,也可能是继发性的,由脑瘤、脑炎、药物治疗、心脏问题等原因引发。公认的最严重的原发性睡眠障碍可分为两类:发作性睡病和睡眠呼吸暂停。

发作性睡病表现为白天过度嗜睡、会突然睡着、入睡阶段或醒后会产生幻觉等,这点已经在我们狗狗和威尔士小马的研究中证实,如果不治疗这种睡眠障碍,后果可能会相当严重。睡眠呼吸暂停则意味着在睡眠中出现呼吸停止的情况,科学家在波斯猫和斗牛犬中发现了这种类型的睡眠障碍。

还有证据表明,老鼠可能会失眠,原因竟然与人类的失眠原因相同,即缘于压力和焦虑。在一项研究中,研究人员将雄性大鼠从熟悉的笼子移到另一只雄性大鼠曾经居住过的肮脏笼子里,结果你猜怎么样?被移笼的老鼠似乎经历了失眠,因为十分焦虑。

3

动物睡眠研究有助于了解人脑

看到这,你们应该对我们动物的睡眠有一定的了解了,我还有一些关于动物睡觉的秘密可以告诉你们哦。

长颈鹿可以连续数周不睡觉,而棕色蝙蝠则几乎一整天都在睡觉。金色的睡鼠小心翼翼地保持着平衡并呼呼大睡,但树枝的任何颤动都会立即唤醒它。

从小型树鼩(qú)到体型最大的哺乳动物,它们都有不同的睡眠模式和习惯,但都需要休息才能保持警觉和保持充沛精力。

有科学家表示,了解人类睡眠的重要方法是研究动物。多年来,科学家一直在努力识别导致发作性睡病的人类大脑异常。事实上,我们狗狗在帮助治疗这种疾病方面潜力无限,某些犬类甚至帮助科学家治疗严重的睡眠障碍。

20世纪70年代,治疗发作性睡病取得了重大进展。当时,美国斯坦福大学睡眠研究中心医学博士威廉·迪门特了解到,某些狗狗表现出与人类相似的发作性睡病症状,即突然虚脱和肌肉无力,这导致其近乎瘫痪。

20多年后,在这些初步观察的基础上,研究人员在狗身上发现了引起发作性睡病的基因——下丘脑分泌素受体2。嗜睡症属于发作性睡病。进一步研究表明,患有嗜睡症的人大脑中下丘脑分泌素的含量严重减少。

研究还发现,给患有嗜睡症的狗注射下丘脑分泌素可以减轻病症发作的程度。

华西都市报-封面新闻记者 边雪