

**CEI TREI FRAȚI
CARE NU DORMEAU NICIODATĂ**

Giuseppe Plazzi, neurolog italian de renume, specialist în medicina somnului, cu o carieră axată pe narcolepsie, parasomnii și alte hipersomnii rare, a absolvit medicina la Universitatea din Bologna și s-a specializat în neurologie în 1991. Conduce Laboratorul pentru Tulburările de Somn la Universitatea din Bologna și este profesor la Universitatea din Modena și Reggio Emilia. Este autorul a peste 300 de articole științifice. A fost președinte al Asociației Italiene de Medicină a Somnului și al Rețelei Europene de Narcolepsie. Pe lângă cariera medicală, are un trecut sportiv notabil ca navigator de performanță.

GIUSEPPE PLAZZI

**CEI TREI FRAȚI
CARE NU DORMEAU NICIODATĂ**

**ȘI ALTE POVEȘTI DESPRE
TULBURĂRILE
SOMNULUI**

Traducere din italiană
de George Arion Jr.

HUMANITAS

Redactor: Alexandru Anghel
Coperta: Ioana Nedelcu
Tehnoredactor: Manuela Măxineanu
Corector: Cristian Negoită
DTP: Iuliana Constantinescu, Dan Dulgheru

Tipărit la Livco Design

Giuseppe Plazzi

I tre fratelli che non dormivano mai e altre storie di disturbi del sonno

© il Saggiatore S.r.l., Milano 2019

© HUMANITAS, 2025, pentru prezenta versiune în limba română

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

Plazzi, Giuseppe

Cei trei frați care nu dormeau niciodată și alte povești

despre tulburările somnului / Giuseppe Plazzi;

trad. din italiană de George Arion Jr.. – București: Humanitas, 2025

ISBN 978-973-50-8889-7

I. Arion, George, jr. (trad.)

159.9

616.89

EDITURA HUMANITAS

Piața Presei Libere 1, 013701 București, România

tel. 021/408 83 50, fax 021/408 83 51

www.humanitas.ro

Comenzi online: www.libhumanitas.ro

Comenzi prin e-mail: vanzari@libhumanitas.ro

Comenzi telefonice: 0723 684 194

Lui Titti

CUPRINS

INTRODUCERE	9
Dincolo de poarta albă a viselor	
1. CĂLUGĂRUL CHINUIT DE DIAVOL	19
Sindromul picioarelor neliniștite	
2. URIAȘUL ADORMIT.	31
Și alte cazuri de narcolepsie	
3. MUMII, DEMONI ȘI FANTOME	48
Experiența paraliziei în somn	
4. UNDE SE DUC COPIII NOAPTEA?	59
Un caz straniu de somnambulism	
5. VISE PLĂCUTE ȘI ÎNSÂNGERATE	73
Noaptea în care domnul S. și-a ucis soția în somn	
6. CETATEA INSOMNIACILOR	93
Noapți lungi în care nu reușim să dormim	
7. CEI TREI FRAȚI CARE NU DORMEAU NICIODATĂ	105
Blestemul insomniei fatale familiale	
8. OMUL ZBURĂTOR	119
Zvâcnirile care ne fac să sărim din pat	
9. DOUĂZECI DE MII DE LEGHE SUB SCOARȚA CEREBRALĂ . . .	130
Scufundări cu apnee în oceanul viselor	

10. ANIMALE NOCTURNE	140
Relațiile sexuale în timpul somnului	
11. TĂRÂMUL FERMECAT.	152
O descoperire neașteptată (și tulburătoare)	
12. VISELE NU SUNT DORINȚE	168
Când somnul depășește limitele realității	
13. CONGREGAȚIA URLĂTORILOR	182
O încăpere plină de terori nocturne	

INTRODUCERE

Dincolo de poarta albă a viselor

Închipuiți-vă că acest rând este pragul unei porți.

Înainte de el, unde încă se mai întinde o mică porțiune de alb imaculat, se află viața noastră, așa cum o trăim în fiecare zi în timp ce suntem treji. Aici se află zilele noastre, obligațiile noastre, întâlnirile de serviciu, mesajele care vor să ne atragă mereu atenția, prânziurile, cinele, întâlnirile romantice, certurile în dragoste. Oricât ni s-ar părea că această viață din perioada stării de veghe ne ocupă tot timpul pe care, de la naștere până la moarte, îl avem la dispoziție, în realitate este vorba numai despre o parte din el. O parte considerabilă, desigur, poate cea mai importantă – și totuși incompletă.

Dincolo de prag ne așteaptă încă o treime din viața noastră. Acolo se află somnul, suspendarea conștiinței. Și se mai află visul. Privit din exterior, acest loc învăluitoare și primitor seamănă cu o pădure, un codru des, cu copaci înalți și ramuri joase, din care deja se aud foșnind animale și insecte nevăzute, cu nume încă necunoscute. Frunzele acestei flore întunecoase trec treptat de la culori sclipitoare la nuanțe închise, iar totul este confuz, culoarea fiecărui lucru se disipează în cele aflate lângă el.

Aceasta este pădurea somnului. Aici, totul e cu susul în jos, la fel ca în Țara Minunilor, iar pentru a ieși din ea nu este suficient să ne încredem în inteligența noastră. Mult mai fascinantă

și misterioasă – uneori înspăimântătoare – este tocmai călătoria care ne așteaptă.

„Mai multe-s pe pământ și-n cer, Horațio, decât închipuie filosofia“*, îi spune Hamlet prietenului Horațio după ce vede pe zidurile castelului fantoma tatălui său mort. Are dreptate prințul Danemarcei, iar noi am putea chiar adăuga: mai multe-s în mintea omului decât am putea descoperi brăzdând toate mările, traversând toate râurile, străbătând toate ținuturile, popoarele și continentele sau cățărându-ne pe cele mai inaccesibile vârfuri care se înalță în această lume. Nici dacă am naviga în cea mai neagră și nestatornică furtună ori dacă am explora întregul univers, sărind de pe o planetă pe alta, dintr-o galaxie în următoarea, intrând și ieșind dintr-o gaură neagră sau încălecând un meteorit strălucitor, nu am reuși să vedem atâtea lucruri câte ar putea creierul nostru să pună în scenă într-o singură noapte.

La urma urmei, această dorință de aventură este cea care m-a împins să mă dedic studierii somnului.

Cu mulți ani în urmă, când încă eram student, în timp ce luam parte la un curs de anatomie al profesorului Giorgio Toni la Universitatea din Bologna, am hotărât că, odată ce-mi voi lua diploma în medicină și chirurgie, voi deveni neurolog. Țin minte ziua aceea ca și cum ar fi fost ieri. Nu era greu să găsești loc în primele rânduri din aula magna, unde scârțâia totul, de la Institutul de Anatomie: acelea erau rândurile din care, invariabil, Toni alegea studenți care să răspundă întrebărilor lui imposibile, și cu toții încercau să le evite. În dimineața aceea întârzasem, și nu aveam de ales, sala era aglomerată; așa că am acceptat provocarea de a mă așeza în primul rând. Profesorul era, ca de obicei, în față, la catedră, la mai puțin de un metru de primul rând de bănci de lemn.

* William Shakespeare, *Hamlet*, trad. Leon D. Levițchi și Dan Duțescu (n. tr.).

Părea să se întâmple ceva: în spatele lui, un tehnician de la sala de disecții, unde erau efectuate autopsiile, așeză pe masă un recipient și un cuțit mare, cu vârf rotund. Profesorul se întoarse cu spatele la noi, se înarmă cu mănușile de cauciuc, deschise cutia de metal și se întoarse din nou spre sala arhiplină și tăcută. Era un bărbat cu alură robustă, pe care anii îl încovoiaseră. Ne-a privit cu ochii sclipitori de sub sprâncenele cenușii, pupilele îi ardeau cu o lucire febrilă și molipsitoare. În mâna dreaptă ținea cuțitul, în cea stângă, deschisă, avea un obiect gri cu maro.

Era un creier. Era creierul unui om.

Profesorul a explicat în cuvinte fermecătoare de ce ar trebui să considerăm prețios momentul acela. Ținea în mână creierul unui om care hotărâse să-și doneze corpul științei. Și se afla acolo, în mâinile lui, ca să ne transmită sentimentul de respect pentru viață și pentru moarte, precum și pasiunea pentru cunoaștere. Era un creier adevărat – trebuia să ne reamintim acest lucru ori de câte ori lama cuțitului îl secționa pentru a-i dezvălui conținutul minunat. De fiecare dată când se înfigea în substanța cenușie asemenea unui pumnal în unt trebuia să ne fie clar ce aveam înaintea ochilor.

Așa a și fost. Imaginea aceea avea să rămână vie în mintea mea pentru totdeauna.

La ceva timp, cursurile de neurologie ale lui Carlo Alberto Tassinari, și astăzi considerat unul dintre cei mai importanți cercetători ai epilepsiei, au ridicat și mai mult ștacheta speranțelor mele și mi-au stârnit din nou entuziasmul. Frecventând laboratoarele de neurofiziologie, am înțeles că, în spațiile ample ale clinicii de neurologie, ultima frontieră, ultimul continent neexplorat, era laboratorul de polisomnografie, laboratorul somnului. Laboratorul, asemenea oricărui loc care tăinuiește experimente și protejează secrete, era prevăzut cu un mecanism de apărare de nepenetrat și de fiecare dată când mă cufundam cu pas temător și curios în subsolurile aripii de nord a clinicii, la capătul căreia fuseseră construite încăperile izolate fonic, eram invariabil oprit de un medic sau un tehnician.

„Înregistrările sunt în desfășurare, nu puteți intra“, mă admonestau cu blândețe santinelele improvizate la intrare.

Încăperile acelea au rămas multă vreme un tărâm fâgăduit, o dorință irepresibilă, o obsesie cultivată cu răbdare și disciplină.

Când am obținut în sfârșit o diplomă după ce am studiat vreme îndelungată fenomenul, accesul în laborator a fost darul așteptat cu cea mai multă nerăbdare. Simțeam că am suficientă dorință și energie pentru a pătrunde în lumea aceea misterioasă, unde, ca să observi somnul altora, nu dormeai niciodată. Eram atras de magnetismul celui paradox minunat. Și, spre marea mea noroc, anii petrecuți în acel laborator al somnului, gândit și construit de Elio Lugaresi, unul dintre primii și cei mai importanți medici care s-au ocupat de medicina somnului, au reprezentat perioada de maximă dezvoltare pentru această nouă ramură a cunoașterii. Aveam posibilitatea să ne ocupăm de tulburări și boli care timp de secole rămăseseră neexplorate științific, protejate de presupunerea eronată că somnul ar fi o stare pasivă, și învăluite într-o mantie de credințe vechi de când lumea.

Timp de mai bine de 1.500 de ani, somnul a trezit mai mult interes printre artiști, poeți, filozofi, clarvăzători și ocultști decât printre medici și oameni de știință. Interpretarea lui Aristotel și apoi cea a lui Plinius și a lui Galenus, toți trei de acord că somnul ar fi rezultatul izolării centrului senzorial (creierul) de corp a fost îmbrățișată și de medicină până în anul 1800 și după aceea. Ivan Pavlov, distins cu Premiul Nobel pentru Medicină în 1904, considera chiar că somnul ar fi un simplu reflex. Descoperirile din fiziologie și medicină din secolul trecut și incredibilul progres tehnologic din ultimii o sută de ani au stârnit, în schimb, interesul fiziologilor, biologilor, psihologilor și medicilor față de semnificația fiziologică a somnului, față de mecanismele și circuitele care se pun în mișcare în fiecare noapte și față de tulburările sale, făcând ca astăzi să fie considerat unul dintre subiectele cele mai interesante din neuroștiințe. Metodologia transformă cu repeziciune

orice tehnică de monitorizare în medicină, și nu va trece mult până când va fi, fără îndoială, anacronic să rugăm un pacient somnambul să petreacă o noapte în laborator pentru a avea o confirmare a diagnosticului. În anii '80 și '90, cele mai importante descoperiri despre mecanismele regulate ale somnului împliniseră doar câteva decenii, și mai era încă mult de învățat din studierea pacienților pe timpul nopții. Orice observație nouă era o descoperire. În laboratoarele de video-polisomnografie erau observate și descrise pentru prima dată toate acele fenomene anormale ale somnului care astăzi apar în clasificarea internațională a tulburărilor de somn, ajunsă în 2014 la a treia sa versiune.

Voi încerca să parcurg rapid acele câteva decenii febrile de invenții și descoperiri, înainte de a bate la ușa mare a laboratorului în interiorul căruia vom întâlni mulți pacienți neobișnuiți.

Hans Berger a fost cel care, cu mulți ani înainte de nașterea polisomnografiei, a realizat primul pas decisiv înainte. Psihiatrul german, care efectua în mare taină studii despre telepatie, a anunțat în 1929 faptul că descoperise undele electrice cerebrale. Berger inventase un dispozitiv capabil să înregistreze pe suprafața scalpului curenții electrice emiși spontan de creier, așa-numita „electroencefalogramă”. Fără a reuși vreodată să demonstreze că undele electrice puteau fi influențate de telepatie (care rămânea obiectul principal al cercetărilor sale) și acuzat de fraudă științifică, a plecat umilit de la Universitatea din Jena, unde predă. S-a sinucis în 1941, fiind găsit spânzurat în aripa de sud a clinicii sale, pradă obsesiilor sale vizionare. Însă descoperirea făcută de el a marcat nașterea neurofiziologiei clinice, iar prin electroencefalografie a sădit prima sămânță pentru studierea modernă a somnului.

A crezut în descoperirea sa chiar și una dintre numeroasele figuri complexe care în anii aceia s-au dedicat studierii somnului: filantropul Alfred Lee Loomis. Studiul electroencefalogramii inventate de Berger a devenit una dintre temele principale

ale centrului său de cercetări multidisciplinare creat la Tuxedo Park, în zona metropolitană a New Yorkului, iar în 1937, înregistrând mai multe persoane în timpul somnului, Loomis a descoperit modificările de la nivelul undelor electrice cerebrale care fac deosebirea între diferitele „faze ale somnului“.

În timpul tranziției de la veghe la somn, pe encefalogramă apare o schimbare treptată a activității electrice cerebrale. Activitatea electrică rapidă, regulată, similară dinților unui pieptene, caracteristică stării de veghe cu ochii închiși (așa-numita activitate *alfa*), este înlocuită de o activitate mai lentă: de la 8–13 unde pe secundă, activitatea încetinește la 4–7 (activitatea *teta*), întreruptă din când în când de potențiale electrice ample, predominante în regiunile din centrul scalpului – punctele din creștetul capului. Aceasta este faza 1 a somnului (numită astăzi N1), adică „somnul ușor“.

După câteva minute pătrundem în somnul adevărat. De regulă, semnul pentru începutul fazei 2 a somnului (N2) este apariția potențialelor electrice uriașe și a exploziilor de activități rapide cu durată scurtă, 0,5–1,5 secunde, care desenează pe encefalogramă o figură asemănătoare unui fus. Este vorba despre „complexe K“ și, respectiv, despre „fusuri ale somnului“.

După zece minute de la apariția lor încep să se observe undele lente – până la o undă pe secundă – și cele ample. Sunt undele *delta*, care se vor impune trăgând subiectul în somnul profund, în ceea ce astăzi numim faza N3. Timp de peste o oră, desenul encefalografic va fi dominat de activitatea *delta*; după aceea vor apărea din nou fusurile somnului și complexe K. Iar apoi, înainte de a cădea din nou în somnul profund, timp de câteva minute, desenul va semăna din nou cu cel din starea de veghe, chiar dacă nu se întâmplă de prea multe ori să ne trezim prima oară la nouăzeci de minute după ce adormim. Abia peste douăzeci de ani, trei oameni de știință vor descoperi, aproape întâmplător, că în clipa aceea pătrundem în faza de „somn REM“, asociată viselor.

În aceeași perioadă a studiilor despre encefalografie desfășurate în mare secret de Hans Berger, o altă figură legendară și-a legat pe veci numele de cercetarea în domeniul somnului. În 1918, baronul Constantin von Economo, reîntors la Viena de pe frontul rusesc, și-a reluat cercetările în patologie studiind creierul persoanelor ucise de o molimă care a făcut milioane de victime la sfârșitul Primului Război Mondial: pandemia virală cunoscută drept „gripa spaniolă”. Una dintre consecințele infecției cu virsulul H1N1 al gripei spaniole era apariția unei encefalite caracterizate de o stare de somn profund, denumită din acest motiv „encefalită letargică”. Studiind creierul victimelor encefalitei letargice, von Economo a descoperit o leziune localizată într-o structură profundă a creierului, hipotalamusul, iar în baza acestor observații a formulat corect ipoteza conform căreia hipotalamusul conține un „centru al somnului”. Pentru prima oară, o boală conducea cercetările către o zonă a creierului răspunzătoare de corecta funcționare a somnului.

Ipoteza lui von Economo era confirmată aproape în timp real la Zürich de către fiziologul elvețian Walter Hess: făcând experimente pe pisica lui, Hess a descoperit că stimularea electrică a părții anterioare a hipotalamusului îi provoca felinei o stare de somnolență. A descoperit și că partea anterioară a unui nucleu profund al creierului, „talamusul antero-medial”, determină o stare de somn și mai profundă. Mulțumită observațiilor sale, Hess a fost distins cu Premiul Nobel în 1949, asta în timp ce alte piese importante și-au găsit locul în mozaicul de cunoștințe care aveau să ducă la descoperirea principalelor mecanisme de control al somnului.

În același an, neurofiziologul italian Giuseppe Moruzzi, care s-a mutat la Pisa după ce lucrase în cele mai importante laboratoare de fiziologie din Europa și America, a localizat – în laboratoarele lui Horace Magoun, de la Chicago – mai mulți centri cruciali pentru controlul stării de veghe în substanța reticulară a trunchiului cerebral. El a descoperit astfel că somnul nu