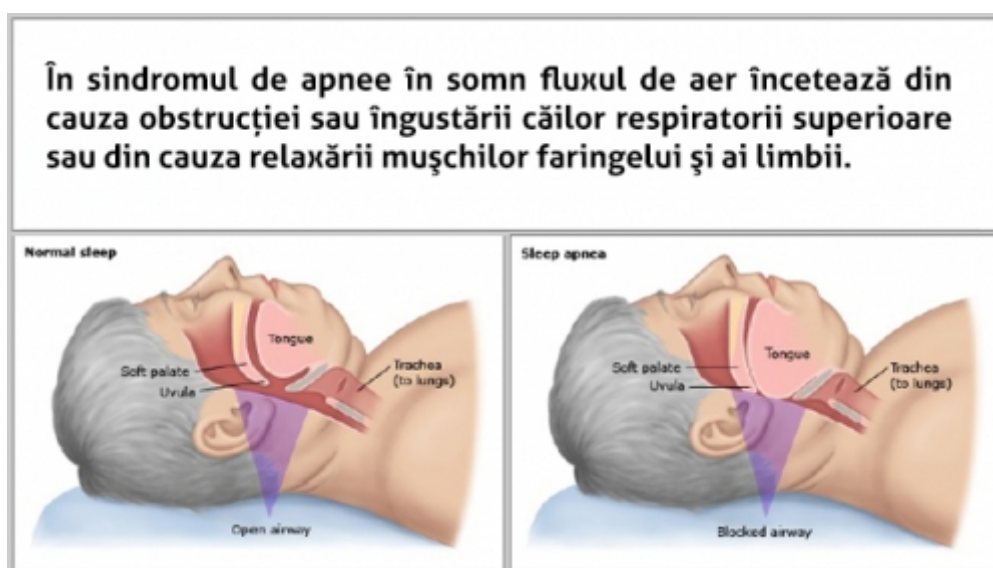


Ce este apneea în somn?



Ce reprezintă această afecțiune care afectează 45% din populația globului și căreia până acum în țara noastră nu i s-a acordat suficientă importanță, deși consecințele bolii sunt destul de grave, pacientul cu apnee în somn putând avea ca o consecință a acestei boli tulburări ale ritmului cardiac, hipertensiune arterială, accidente ischemice cardiace, accidente vasculare cerebrale, tulburări metabolice (obezitatea, diabetul zaharat), precum și agravări ale simptomatologiei la pacienții care au boli obstructive pulmonare.

Apneea în somn reprezintă o întrerupere a fluxului de aer, pacienții cu apnee acuzând perioade repetitive de sufocare bruscă în timpul somnului. Pacienții care prezintă această boală au un somn fragmentat de numeroase perioade în care se trezesc datorită acestor pauze în respirație și ca urmare au un somn neodihnitor; netratată, boala poate duce la oboseala cronică, respectiv somnolenta la volan și accident rutier sau chiar la moarte subită în somn prin infarct și accident vascular cerebral.



Care sunt persoanele predispuse a avea această boală?



Desigur, obezitatea, apneea în somn este mai frecventă la persoanele care prezintă creșteri ale circumferinței taliei și gâtului, însoțite de sforăit; există totuși un procent de 30 % dintre persoanele cu greutate normală care au apnee în somn.

Alte persoane care pot prezenta această boală sunt pacienții cardiaci, diabeticii, unii din pacienții cu boli obstructive pulmonare.

Ar fi de dorit ca tratamentul afecțiunilor cronice cum ar fi hipertensiunea, diabetul zaharat, sindromul metabolic, afecțiunile cardiace sau cerebrale ar trebui să includă și evaluarea somnului.

Cum recunoaștem apneea în somn? Ce simptome prezintă cei afectați de această boală?

Boala este ușor de recunoscut, pacienții prezentând perioade în timpul somnului când au întreruperi ale respirației, întreruperi constatate de partener sau anturaj, sunt sforăitori puternici, au un somn agitat, neodihnit, se trezesc extrem de obosiți, au somnolență excesivă în timpul zilei, au tulburări de memorie, atenție și concentrare datorită perioadelor de privare de somn.

Care sunt consecințele acestei boli?

Consecințele sunt extrem de grave, perioadele de întreruperi ale respirației ducând la scăderea oxigenului în sânge pe parcursul nopții, scădere care afectează în special creierul și inima. Prin somnolența diurnă excesivă sindromul de apnee în somn (SAS) netratat poate avea consecințe vitale pentru pacient iar dacă pacientul este sofer pe mijloacele de transport în comun, controlor de trafic aerian sau alte meserii în care o decizie greșită poate face victime inocente, riscurile pot fi incalculabile.



- Administrația federală pentru siguranța transportului rutier (FMCSA) din SUA apreciază că aproximativ 28% din posesorii de licență de sofer profesionist pentru transport comercial suferă de apnee în somn, dintre care aproape 12% în forma gravă.
- Cercetări recente sugerează că riscul de accidente rutiere crește de la de 2 ori până la de 13 ori pentru cei care suferă de sindromul de apnee obstructivă. Până la 16% din totalul accidentelor rutiere se corelează cu apneea în somn.
- Alte studii arată că aproximativ 33% dintre cei care suferă de sindromul de apnee obstructivă în somn (SAOS) au avut un accident rutier în ultimii 5 ani. Procentul estimat de accidente rutiere date de adormirea la volan este de 20%.
- Un alt studiu elvețian arată că raportul dintre numărul mediu de accidente la un milion de kilometri pentru grupul cu SAOS este de 13 față de grupul de control la care este de 0,78.

Cum se diagnostichează apneea în somn?



Extrem de simplu, există un aparat numit poligraf care se montează seara, pacientul doarme cu acest aparat la domiciliu și îl returnează a doua zi. Parametrii înregistrați sunt fluxul de aer nasobucal, efortul toracic, saturatia oxigenului în sangele arterial, sforaitul, poziția corpului. Medicul interpretează datele obținute și stabilește dacă există un sindrom de apnee în somn (SAS) și tipul acestuia.

În România aproximativ 4-6% din adulți pot avea sindrom de apnee în somn de tip obstructiv în timpul somnului adică 1 milion de români suferă de această afecțiune, dintre care doar 3000 au fost diagnosticați. Explicația numărului mic de pacienți diagnosticați ar fi accesul limitat la această investigație, mulți pacienți nerecunoscând boala.

La noi în țară actualmente sunt 54 laboratoare de somnologie, iar orașul Constanța dispune de numărul cel mai mare din țară de laboratoare de somn, 5 în prezent, atât în sistemul de stat, cât și în sistemul privat.

Cum se tratează apneea în somn?

Sindromul de apnee în somn se tratează cu ajutorul unor aparate care furnizează aer prin intermediul unei măști cuplate la aceste aparate; el funcționează ca o atelă pneumatică, deschizând căile aeriene ale pacientului cu apnee în somn.

