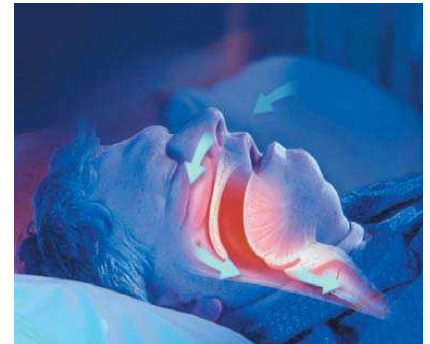


BEZDECH SENNY I CHRAPANIE

Obturacyjny **bezdech senny** jest schorzeniem polegającym na wstrzymaniu przepływu powietrza przez drogi oddechowe podczas snu. Powyższe wstrzymanie przepływu powietrza wynika z obturacji górnych dróg oddechowych czyli zapadania się języka i ścian gardła. Cechą charakterystyczną obturacyjnego bezdechu podczas snu jest zachowanie ruchów oddechowych mięśni klatki piersiowej i brzucha – chory próbuje oddychać, ale blokada dróg oddechowych nie pozwala na nabranie powietrza do płuc.

Konsekwencją bezdechu sennego są spadki saturacji krwi, co prowadzi do niedotlenienia mózgu. Powstaje wrażenie duszenia się i osoba chora na bezdech senny budzi się, co powoduje powrót akcji oddechowej. Z reguły wybudzenia są krótkie i nie są uświadamiane przez osobę chorą. Jednakże, pomimo braku świadomych wybudzeń, struktura snu osoby chorej na obturacyjny bezdech podczas snu jest zaburzona. Powoduje to zwiększone zmęczenie i ciągłą senność w czasie dnia.

Chrapanie jest elementem bezdechu sennego jednak nie jest z nim tożsame. U osób cierpiących na bezdech senny z reguły występuje chrapanie, ale zależność odwrotna nie jest prawdziwa. Oznacza to, że osoba chrapiąca może, lecz nie musi cierpieć na bezdech podczas snu. Odgłos chrapania jest spowodowany wibracją tkanek miękkich w obrębie podniebienia i gardła, którą powoduje przepływ powietrza.



Objawy bezdechu sennego:

- Zwiększona senność w ciągu dnia.
- Głośnie chrapanie.
- Chrapanie z przerwami – okresami ciszy.
- Obserwowane przerwy w oddychaniu w nocy.
- Nocne wybudzenia i kłopoty ze złapaniem oddechu.
- Poranny ból głowy i zmęczenie.
- Częste oddawanie moczu w nocy.

Diagnostyka:

- Wywiad.
- Skale senności, np. ESS.
- Badanie laryngologiczne.
- Badanie nocne przesiewowe.
- Badanie nocne polisomnograficzne.



Zagrożenia – stany chorobowe związane z bezdechem

- Nadciśnienie tętnicze.
- Nadciśnienie płucne.
- Choroba niedokrwienna serca - zawał mięśnia sercowego.
- Zaburzenia rytmu serca.
- Niewydolność serca.
- Zaburzenia krążenia mózgowego - zwiększone ryzyko udarów.
- Cukrzyca i zespół metaboliczny.

- Zaburzenia potencji.
- Depresja.
- Wypadki komunikacyjne.

Leczenie

- zmiana stylu życia – zmniejszenie masy ciała, rzucenie palenia.
- aparaty wysuwające żuchwę – zwiększają średnicę gardła.
- operacyjne – laryngologiczne: zmierzają do usunięcia nadmiaru tkanki blokującej przepływ powietrza.
- proteza powietrzna – CPAP – podaje do górnych dróg oddechowych powietrze pod zwiększonym ciśnieniem, dzięki czemu otwiera zapadające się ściany gardła.

Obecnie aparaty wewnątrzustne stanowią istotną alternatywę dla urządzeń CPAP stosowanych w terapii chrapania i obturacyjnych bezdechów sennych. Ich działanie polega na przesunięciu dolnej szczęki do przodu, rozszerzając tym samym drogi oddechowe u podstawy języka, co redukuje prędkość przepływu wdychanego powietrza.

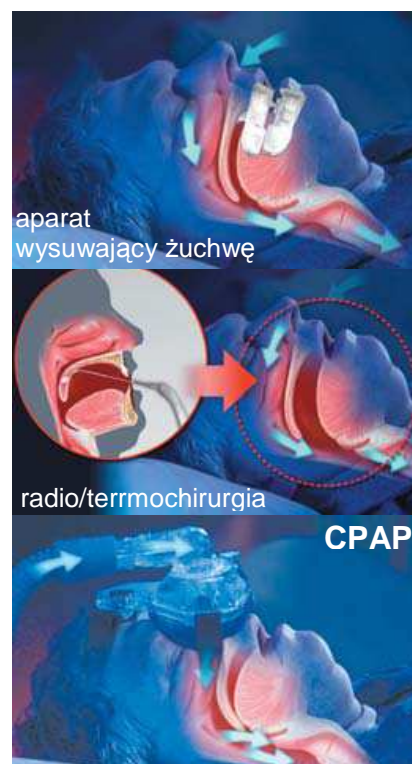
Przed rozpoczęciem leczenia lekarz stawia właściwą diagnozę w celu odróżnienia zwykłego chrapania od obturacyjnego bezdechu sennego. Przed wizytą lekarz może poprosić pacjenta o wypełnienie kwestionariuszy senności. Przy wypełnianiu skal i formularzy wskazany jest udział Twojego partnera.

Aparaty wewnątrzustne firmy Tomed posiadają następujące zalety:

- Dobra, potwierdzona badaniami naukowymi skuteczność
- Wysoka jakość za rozsądną cenę
- Łatwość użytkowania i utrzymania w czystości
- Mobilność - dzięki małym wymiarom i wadze

Rodzina aparatów Somnoguard firmy Tomed:

- Prefabrykowane: Somnoguard, Somnoguard 2.0, Somnoguard AP, Somnoguard SP Soft, Somnoguard SP Hard.
- Dobierane indywidualne: Somnoguard AP Pro.



...śpij dobrze – pozwól innym spać przy Tobie...