

# Chrápání může být signálem nemoci

Co znamená obstrukční spánková apnoe (OSA)? Pro jednoho z páru (obvykle manželku) strach z probdělé noci, případně oddělené ložnice, protože drahá polovička (většinou manžel) strašně chrápe. A pro druhého z páru (trpícího OSA) zase pocit nevyspalosti, neodpočatosti, nevykonnosti.

**O** objevují se i mikrospánky, které mohou vyústit nejen v humorné usnutí na poradě, ale u řidičů i v dopravní nehodu s jakýmkoliv koncem. Trpí i sexuální život (poruchy erekce, libida). OSA vede celkově ke snížení kvality života. Z medicínského hlediska znamená tato choroba významná zdravotní rizika - zvyšuje se pravděpodobnost výskytu onemocnění srdce a cév, vysokého krevního tlaku a cukrovky.

## Případá vám to exotické?

Přítom OSA postihuje cca 10 % populace! Častěji muže (2-3:1), zvláště středního a vyššího věku s nadváhou a obezitou. Ke vzniku přispívá i kouření. Z odborného hlediska znamená OSA opakované zástavy dechu během



**MUDr. Martin Pretl, CSc.**

vedoucí lékař Neurologické ambulance a spánkové poradny INSPAMED, s. r. o

hem spánku (apnoe), které jsou ukončeny hlasitým zachrápáním.

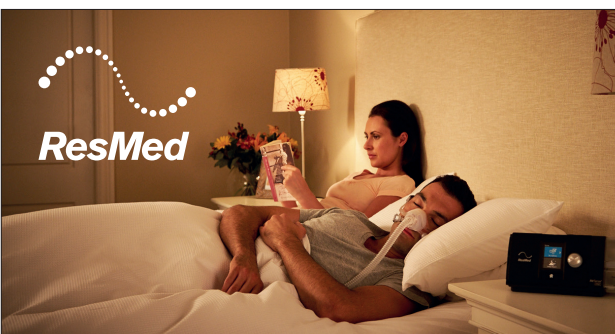
OSA vede celkově ke snížení kvality života. Z medicínského hlediska znamená tato choroba významná zdravotní rizika

U pacientů s OSA dochází ke zmnožení tkání v oblasti

kořene jazyka, měkkého patra a hltanu, nejčastěji v důsledku nadváhy a usazování tuku. To vede během spánku až k úplnému uzávěru dýchacích cest. Vzduch neproudí do plic, neokysličuje se krev. V těle se spouští „poplachová reakce“. Ta je ukončena krátkým probuzením (které pacient většinou nezaznamená) s přechodným zvýšením srdeční frekvence a vzestupem krevního tlaku. Popsané děje napomáhají k rozvoji zmiňovaných civilizačních onemocnění. Krátká probuzení zabraňují též prohloubení spánku, který je nutný k regeneraci organismu a pocitu osvěžení. Proto si pacienti stěžují na nevyspalost, neosvěženost, únavu a poklimbávání přes den.

## Stanovení diagnózy

Ke stanovení diagnózy je samozřejmostí přístrojové vyšetření spánku (polygrafie nebo polysomnografie) na specializovaném pracovišti, tj. ve spánkové laboratoři. Pro prosté chrápaní a velmi lehké formy OSA je určena chirurgická terapie na ORL pracovišti. U těžších případů je suverénní metodou léčba trvalým přetlakem v dýchacích cestách (CPAP) - pomocí přístroje, hadice a nosní masky je v dýchacích cestách během spánku vytvářen přetlak, který je udržuje průchodné. Spánek se tak může nerušeně prohloubit. Výsledkem je vymizení nepříjemných příznaků, zvýšení kvality života a snížení rizika rozvoje výše uváděných onemocnění. Léčba je pacienty dobře tolerována. ■



## Přístroje pro léčbu spánkové apnoe

Řada Air Solutions jako jediná na trhu respektuje rozdílné potřeby léčby u mužů a žen včetně vzdáleného sledování účinnosti léčby.



**ResMed.cz**