

Alvási apnoe - Miért fontos a szûrés?

Az alvási apnoe-t napjainkban súlyos betegségnek tartják, amely mindennapokra és a párkapcsolatra gyakorolt káros hatása mellett számos szövõdményt idézhet elõ, illetve megnõveli más betegségek kockázatát.

Az obstruktív és centrális apnoe-ben szenvedõ betegeknél reggeli fejfájás, változékony hangulat, illetve depresszió jelentkezhet, továbbá nehezebben tudnak megjegyezni új dolgokat. A betegek gyakran kelhetnek fel éjszaka pisilni és akár impotencia is kialakulhat. A gastroesophagealis reflux betegség (GERB) szintén gyakoribb lehet alvási apnoe-s betegeknél. A kezeletlen alvási apnoe-s gyerekeknél hiperaktivitás alakulhat ki, és gyakran a figyelem is károsodhat.

Cardiovascularis megbetegedések. A légzéskimaradások alatt a vér oxigén szintjének hirtelen lecsökkenése, nõveli a vérnyomást és ezáltal fokozott terhet ró a kardiovaszkuláris rendszerre. Az alvási apnoe-ben szenvedõ betegek legalább felénél magas vérnyomás betegség alakul ki, ami nõveli a szívelégtelenség és a stroke kockázatát. Hogyha Önnek valamilyen szívbetegsége van, akkor az ismétlõdõ alacsony véroxigén szint hirtelen szívhalálhoz is vezethet.

Minél súlyosabb az obstruktív alvási apnoe, annál nagyobb a kockázata a magas vérnyomásnak. Ezzel szemben a centrális alvási apnoe általában már a szívbetegség miatt alakul ki és nem pedig ez okozza azt.

2005-ben az egyik legrangosabb orvosi folyóiratban a New England Journal of Medicine-ben közölt tanulmány szerint az obstruktív alvási apnoe jelentõsen fokozza a stroke kockázatát, az egyidejûleg fennálló magas vérnyomástól függetlenül.

Nappali fáradtság. Az alvási apnoe-vel együttjáró folyamatos felébredés teljességgel lehetetlenné teszi a pihentetõ alvást. Az alvási apnoe-ben szenvedõ betegek általában napközben rendkívül fáradtak, ingerlékenyek. Nehezükre eshet a koncentráció, és gyakran azt veszi észre, hogy a munkavégzés, TV nézés, vagy akár vezetés közben is elalszanak. Az alvási apnoe-ben szenvedõ gyerekek rosszul teljesítenek az iskolában, és viselkedési zavarokkal küzdenek.

Különbözõ gyógyszerek által okozott mellékhatások, mûtéti szövõdmények. Az obstruktív alvási apnoe bizonyos gyógyszerek szedése esetén, és a mûtéti általános érzéstelenítéskor problémát jelenthet. Az alvási apnoe-ben szenvedõ betegeknél nagyobb valószínűséggel alakulhatnak ki a mûtétet követõ súlyos szövõdmények, mert a beteg eleve hajlamosabb a különbözõ légzési problémákra, különösen háton fekvé és alvasközben. Éppen ezért mûtét elõtt mindenképpen jelezze orvosának, hogyha Önnek alvási apnoe-je van. A nem diagnosztizált alvási apnoe különösen kockázatos egy ilyen helyzetben.

Kialvatlan partnerek. A hangos horkolás megakadályozhatja partnere, illetve a az Ön környezetében alvók pihentető alvását, és ez által megterhelhetik kapcsolatait. Nem ritka, hogy az alvótárs egy másik szobába költözik át.

Alvási diagnosztikai laboratóriumok

Orvosa már a tünetek alapján megállapíthatja a diagnózist, de beutalhatja Önt egy alvási diagnosztikai laboratóriumba is. Ott az alvási diagnosztikában járatos szakorvosok megállapítják, hogy milyen további vizsgálatokra van szükség. A vizsgálatok keretén belül gyakran egy éjszakát az alvászavar laboratóriumában kell tölteni. Itt alvás közben folyamatosan detektálják, a légzés és több életfontosságú működés változását az alvás során. Az alvási apnoe vizsgálatok az alábbi vizsgálatokat végezhetik el.

Pulzoximetria és polysomnographia

A pulzoximetria nem mutatja ki az alvási apnoe során kialakuló összes változást, tehát a polysomnographiát akkor is javasolhatja orvosa, hogyha a pulzoximetriás vizsgálat eredményei jók.

Pulzoximetria. Ez egy első szűrő vizsgálat, mely során egy kis készüléket csatlakoztatnak az ujjára, ami az alvás során folyamatosan érzékeli az oxigén szint változását. Ez a kis csipeszhez hasonló készülék fájdalommentesen helyezkedik el az egyik ujjon, és egész éjszaka rögzíti az oxigén szintet. Alvási apnoe-ben kimutatható lesz az oxigén szint csökkenése a légzésszünetekben (az apnoe-s periódusok során) és emelkedése a felébredések során. Hogyha az eredmények rendellenesek, akkor orvosa polysomnographia elvégzését javasolhatja a diagnózis alátámasztására.

Éjszakai polysomnographia. A vizsgálat során egy olyan készüléket helyeznek fel Önre, ami folyamatosan monitorozza a szív, tüdő és az agy tevékenységét, a légzésmintázatot, a kar és lábmozgást, a vér oxigén szintjét az alvás során.

Bizonyos esetekben orvosa egyszerűsített vizsgálatokat is elvégezhet egy úgynevezett hordozható többcsatornás ambuláns monitor segítségével, amellyel otthonában tudja mérni a vér oxigén szintjét, a levegő áramlását és a légzési mintázatot.

Hogyha Önnek obstruktív alvási apnoe-je van, orvosa fül-orr-gégészeti vizsgálat végzését javasolhatja az orr, illetve a garat területi kóros szűkületek jelenlétének kizárására. Egy kardiológus vagy egy neurológus segítségével a centrális

alvási apnoe okai azonosíthatók.

Forrás: (WebBeteg)