



## Синдром остановок дыхания во сне

Нарушение дыхательной деятельности во сне с более 10 остановками дыхания в час, связанное с падением содержания кислорода в крови и с реакцией пробуждения.

Как следствие наблюдаются усталость в течение дня, нарушение концентрации и — со временем – возникновение сердечно-сосудистых заболеваний.

### Возникновение

В большинстве случаев причиной этого является вызванное снижением мышечного тонуса во сне сужение (обструкция) пространства глотки, нисходящее до гортани, часто сопровождаемое храпом, вплоть до полной непроходимости дыхательных путей для вдыхаемого воздуха.

В редких случаях полностью отключается регулирование мозгом дыхательной функции, и появляется так называемое периодическое дыхание. Этим заболеванием поражены 2 -3% населения, преимущественно мужчины старше 60 лет.

Факторами риска в данном случае являются избыточный вес, употребление алкоголя вечерами, увеличенное до очень больших размеров мягкое нёбо, западающая назад во сне нижняя челюсть, нарушенное носовое дыхание, короткая шея, наследственная предрасположенность, такие заболевания, как сниженная функция щитовидной железы, сердечная недостаточность, регулярный приём некоторых медикаментов, как то: бета-блокеры, снотворные препараты.

Риск заболевания заключается в нарушении глубины сна, которое может привести к ощущению постоянной усталости в течение дня, секундному сну, ослаблению концентрации,

---

*Нашим пациентам мы предлагаем полный комплекс сервисных услуг.*

*Берем на себя организацию поездки от начала до конца в соответствии с Вашими пожеланиями. Будем рады помочь.*

+49 (211) 159 423 10, +49 (176) 384 43 365 (Viber, WhatsApp) [patient@dk-allianz.de](mailto:patient@dk-allianz.de)

© 2019 Copyright Deutsche Klinik Allianz GmbH



импотенции, высокому артериальному давлению и заболеваниям сердечно-сосудистой системы.

## Профилактика

В качестве профилактики следует нормализовать вес тела и ограничить потребление алкоголя. Способствует улучшению ситуации оптимальное расположение головы во время сна и режим, когда отход ко сну происходит в одно и то же время и в оптимальных условиях.

## Симптомы

Ощущение усталости в течение дня, сонливость, храп (чаще всего), замеченные «второй половиной» задержки дыхания во время ночного сна.

## Диагностика

Идёт ли речь о нарушении дыхательной деятельности во сне, можно выяснить посредством амбулаторного скрининг-обследования. Маленький прибор подключается пациентом дома самостоятельно. При наличии дыхательных пауз необходимо провести ночь с соответствующими исследованиями в лаборатории сна. При помощи самых различных кабелей здесь производятся измерения всех важных показателей во время сна. На их основании врач сможет поставить окончательный диагноз. Такое исследование во сне длится, как правило, 5-7 часов.

## Терапия

Наряду с поддерживающими хирургическими мероприятиями, это заболевание лечится также при помощи вентиляции лёгких постоянным положительным давлением СИПАП (CPAP). При помощи прибора, который состоит из маски для носа и маленького компрессора, в дыхательных путях поддерживается постоянное давление (5-15 мбар). Уровень давления для конкретного пациента устанавливается во время ещё одной ночи, проведённой в лаборатории сна.

---

*Нашим пациентам мы предлагаем полный комплекс сервисных услуг.*

*Берем на себя организацию поездки от начала до конца в соответствии с Вашими пожеланиями. Будем рады помочь.*

+49 (211) 159 423 10, +49 (176) 384 43 365 (Viber, WhatsApp) [patient@dk-allianz.de](mailto:patient@dk-allianz.de)

© 2019 Copyright Deutsche Klinik Allianz GmbH