

07.01.2010 - 09:00 Uhr

Di giorno vi sentite estremamente stanchi e di notte russate? Potrebbe trattarsi di apnea da sonno

Berna (ots) -

Le persone che di giorno si sentono estremamente stanche, tanto da arrivare ad assopirsi o addormentarsi nelle situazioni più disparate, potrebbero essere affette dall'apnea da sonno. In Svizzera circa 150'000 persone sono colpite da questa sindrome, ma solo poche lo sanno. Con una campagna cartellonistica e online (dall'11 gennaio 2010), la Lega polmonare si propone di informare la popolazione su questa patologia. Con un test online è possibile accertare in modo molto semplice il proprio livello di rischio di essere confrontati con la patologia che va sotto il nome di apnea da sonno.

«Un'apnea da sonno non curata può avere conseguenze devastanti: un incidente della circolazione dovuto ad un colpo di sonno o malattie cardiocircolatorie. La campagna d'informazione annuale della Lega polmonare aiuta a sensibilizzare le persone su questo problema sanitario», dice lo pneumologo PD Dr. med. Robert Thurnheer. Il termine greco «ápnoia» significa arresto respiratorio. Pause della respirazione nel corso della notte e un forte russamento irregolare sono poi anche le caratteristiche principali di un'apnea da sonno. Ne deriva un'estrema spossatezza durante il giorno perché queste continue interruzioni respiratorie determinano reazioni di risveglio sempre più brevi. Questi sintomi sono percepiti come fastidiosi, ma raramente come pericolosi. Spesso le persone colpite si recano dal medico solo dopo un evento drammatico, per esempio dopo un «quasi» incidente della circolazione. Nei pazienti affetti da apnea da sonno aumenta inoltre il rischio di malattie cardiocircolatorie.

Un test online fornisce una serie d'informazioni sul rischio di apnea da sonno

La Lega polmonare vuole cambiare questo stato di cose: con il test online disponibile sul sito www.legapolmonare.ch, ognuno può stabilire in soli 5 minuti circa il suo livello di rischio di apnea da sonno: bisogna solo rispondere a diverse domande sul tema sonno e russamento. La valutazione finale del test indica se sia o meno opportuno sottoporsi ad una visita medica presso il vostro medico di famiglia. Nella maggior parte dei casi, l'apnea da sonno viene diagnosticata con un esame da effettuare presso un centro specializzato (pneumologi specializzati o laboratorio del sonno). La causa esatta di questa malattia non è conosciuta. Le persone che ne sono maggiormente colpite sono uomini di mezza età. A volte l'apnea da sonno è presente in più membri della stessa famiglia. Tra i fattori di rischio vi sono tra l'altro anche il sovrappeso, un consumo eccessivo di bevande alcoliche e il fumo.

La terapia: semplice e rapidamente efficace

Un'apnea da sonno è curabile in modo semplice e durevole. La terapia più sperimentata e finora più efficace è la cosiddetta terapia CPAP (Continuous Positive Airway Pressure). Il paziente indossa durante la notte una mascherina nasale o facciale che

impedisce il russamento e le pause respiratorie. Spesso, già dopo poche notti i pazienti si sentono molto meglio e più riposati. Per ottenere dei risultati molto positivi, la terapia deve essere impiegata con continuità e regolarità nel tempo. La Lega polmonare assiste attualmente circa 29'000 pazienti affetti da apnea da sonno. Su prescrizione medica offre la terapia con apparecchio per la respirazione CPAP e risponde alle domande dei pazienti. Dal 7 al 29 gennaio 2010, lo pneumologo PD Dr. med. Robert Thurnheer risponderà, sul sito www.legapolmonare.ch, a domande di carattere medico sull'apnea da sonno.

Avvertenza:

- L'opuscolo «Sindrome da apnea da sonno - Sintomi, diagnosi, trattamento» può essere richiesto gratuitamente in tedesco, francese e italiano tramite www.legapolmonare.ch, per e-mail presso info@lung.ch, o per telefono chiamando lo 031/378'20'50.
- Materiale informativo e illustrativo sul tema Apnea da sonno può essere scaricato dal sito www.media.legapolmonare.ch.

Chi respira vive

La Lega polmonare è l'organizzazione svizzera della sanità che si occupa dei polmoni e delle vie respiratorie. Essa si impegna per ridurre sia il numero delle persone affette da disturbi sia quello dei decessi precoci conseguenti e per permettere a coloro che soffrono di affezioni respiratorie o di malattie polmonari di vivere il più a lungo possibile senza disturbi. Le 23 leghe cantonali sono importanti punti di riferimento per le persone con affezioni respiratorie e malattie polmonari quali l'asma, l'apnea da sonno, la bronchite cronica, la BPCO e la tubercolosi. La Lega polmonare si batte anche per migliorare la qualità dell'aria all'interno degli ambienti come pure al loro esterno.

Contatto:

Lega polmonare svizzera
Signora Ursula Luder, Responsabile Marketing, Comunicazione,
Fundraising
Südbahnhofstrasse 14c
3000 Berna 14
Tel.: +41/31/378'20'50
E-Mail: u.luder@lung.ch
Internet: www.legapolmonare.ch

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100000839/100596151> abgerufen werden.