



06.01.2011 - 09:00 Uhr

In caso di russamento e stanchezza estrema, potrebbe trattarsi di apnea da sonno

Berna (ots) -

Le persone che di giorno sono estremamente stanche e di notte russano potrebbero essere affette dall'apnea da sonno. In Svizzera circa 150'000 persone sono colpite da questa sindrome, ma solo poche lo sanno. Dal 10 gennaio 2011, con una campagna cartellonistica e online in tutta la Svizzera, la Lega polmonare si propone di informare la popolazione su questa malattia. Con un test online è possibile accertare in modo molto semplice il proprio livello di rischio di essere confrontati con la malattia che va sotto il nome di apnea da sonno.

Il termine greco "apnoia" 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. A ciò si aggiunge un'estrema spossatezza durante il giorno perché queste continue interruzioni respiratorie determinano ripetute reazioni di risveglio a brevi intervalli l'una dall'altra. 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 semplice test del rischio online

Con il test online disponibile sul sito www.legapolmonare.ch, ognuno può valutare in soli 5 minuti 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 a una visita medica presso il medico di famiglia. Nella maggior parte dei casi, l'apnea da sonno viene diagnosticata con un esame da effettuare nel laboratorio del sonno o presso un pneumologo. 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 più riposati e più efficienti sia sotto il profilo fisico sia sotto quello psichico. Per ottenere dei risultati molto positivi, la terapia deve essere impiegata con continuità e regolarità nel tempo.

Offerte destinate alle persone colpite

Con il semplice test del rischio online disponibile sul sito www.legapolmonare.ch, ognuno può stabilire in pochi minuti il suo

livello di rischio di apnea da sonno. Dal 10 al 28 gennaio 2011 lo specialista in pneumologia Prof. Dr. med. Robert Thurnheer risponderà, sul sito www.legapolmonare.ch, a domande di carattere medico sull'apnea da sonno. La Lega polmonare assiste attualmente circa 34'000 persone affette da apnea da sonno. Su prescrizione medica, offre la possibilità di sottoporsi a cicli di terapia con l'apparecchio per la respirazione CPAP e consiglia le pazienti e i pazienti su come affrontare i problemi che possono manifestarsi nella vita quotidiana. L'opuscolo «Sindrome da apnea da sonno - Sintomi, diagnosi, trattamento» può essere richiesto gratuitamente in italiano, francese e tedesco, tramite www.legapolmonare.ch, per e-mail a info@lung.ch o per telefono chiamando lo 031/378'20'50.

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.

Materiale informativo e illustrativo sul tema Apnea da sonno può essere scaricato dal sito www.media.legapolmonare.ch

Contatto:

Lega polmonare svizzera
Ursula Luder
Responsabile marketing, comunicazione, fundraising
Tel.: +41/31/378'20'50
E-Mail: u.luder@lung.ch

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100000839/100616890> abgerufen werden.