

09.01.2013 - 10:26 Uhr

## Apnea da sonno: ne soffrono molte più donne di quanto ipotizzato

Berna (ots) -

In Svizzera, circa 150'000 persone soffrono di apnea da sonno. La malattia che presenta quali sintomi il russare forte, pause della respirazione e stanchezza mattutina e sonnolenza diurna, è considerata prevalentemente un "disturbo della popolazione maschile" perché nelle donne si manifesta più raramente e viene controllata meno. Tuttavia, da qualche tempo gli esperti si occupano più attentamente anche dell'apnea da sonno nelle donne. Infatti da diversi studi è emerso che molte più donne soffrono di apnea da sonno di quanto ipotizzato e che la malattia nelle donne sovente non viene riconosciuta e perciò non è curata.

Nelle donne è sottodiagnosticata

Anche le donne soffrono di apnea da sonno e molto più spesso di quanto supposto-solo che la malattia nelle donne spesso non viene riconosciuta. Da studi epidemiologici emerge che un terzo delle persone colpite sono donne. In Svizzera la percentuale di donne alle quali viene diagnosticata un'apnea da sonno si attesta solo al 13%. Le donne presentano sovente sintomi atipici e poco espliciti come ad esempio l'insonnia, la sindrome delle gambe senza riposo (restless legs), le cefalee mattutine e la depressione. Finora non è stato ancora possibile sviluppare un semplice questionario che accerti l'apnea da sonno nelle donne in modo affidabile. "Gli studi indicano inoltre che l'apnea da sonno nelle donne è sottodiagnosticata", afferma lo pneumologo Prof. Dott. med. Robert Thurnheer. Con la menopausa il rischio di soffrire di apnea da sonno raddoppia immediatamente.

L'apnea da sonno si può curare

Una sindrome di apnea da sonno non curata può ridurre la durata della vita di parecchi anni. Uno studio attuale rileva che anche nelle donne un'apnea da sonno grave si accompagna a un elevato rischio di infarto cardiaco. "Le pazienti che presentano un'apnea da sonno grave, non curata, muoiono di malattie cardiovascolari più spesso dei gruppi monitorati in cura", dichiara il Prof. Thurnheer. Di conseguenza, disturbi del sonno, spossatezza diurna o pause della respirazione notturne dovrebbero essere sottoposti ad accertamenti e alle cure di un medico. Il primo passo da compiere è sottoporre il paziente al semplice test del rischio online disponibile sul sito [www.legapolmonare.ch/test-apnea](http://www.legapolmonare.ch/test-apnea). La terapia CPAP ("Continuous Positive Airway Pressure") ha un successo collaudato sia nelle donne sia negli uomini: la maschera respiratoria consente di dormire normalmente, diminuisce i rischi per l'organismo e migliora la qualità della vita.

Servizi per le persone colpite

Con il facile test del rischio online disponibile sul sito [www.legapolmonare.ch/test-apnea](http://www.legapolmonare.ch/test-apnea) è possibile verificare in pochi minuti il rischio personale di un'apnea da sonno. Dal 7 al 25 gennaio 2013 il Prof. Dott. med. Robert Thurnheer, pneumologo, risponde alle domande sull'apnea da sonno su [legapolmonare.ch/medicoonline](http://legapolmonare.ch/medicoonline). Attualmente la Lega polmonare assiste circa 43'000 pazienti che soffrono di apnea da sonno: essa offre, su prescrizione medica, la terapia con l'apparecchio respiratorio CPAP nonché un servizio costante di consulenza ai pazienti. L'opuscolo «Apnea da sonno - riconoscere i sintomi per migliorare la qualità della vita» può essere ordinato gratuitamente in tedesco, francese e italiano sul sito [www.legapolmonare.ch/pubblicazioni](http://www.legapolmonare.ch/pubblicazioni), per e-mail [info@lung.ch](mailto:info@lung.ch), o per telefono 031/378'20'50.

Chi respira vive

La Lega polmonare è un'organizzazione svizzera di servizi per i polmoni e le vie respiratorie. Si adopera affinché meno persone soffrano, o muoiano prematuramente a causa di queste malattie; persone con insufficienza respiratoria o malattie polmonari possano vivere quanto più possibile senza disturbi. 23 Leghe cantonali costituiscono importanti punti di riferimento per le persone affette da insufficienze respiratorie e da malattie polmonari come l'asma, l'apnea da sonno, la bronchite cronica e la BPCO, e anche la tubercolosi. La Lega polmonare s'impegna anche per una migliore qualità dell'aria, dentro e intorno a noi.

È possibile scaricare le informazioni e il materiale illustrato sul tema Apnea da sonno all'indirizzo [www.legapolmonare.ch/media](http://www.legapolmonare.ch/media).

Contatto:

Lega polmonare svizzera

Ursula Luder

Responsabile Marketing, Comunicazione, Fundraising

Tel.: +41/31/378'20'50

E-Mail: [u.luder@lung.ch](mailto:u.luder@lung.ch)

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100000839/100730889> abgerufen werden.