

06.03.2014 - 10:00 Uhr

Apnea da sonno: da non sottovalutare il rischio ipertensione

Berna (ots) -

L'apnea da sonno non solo ha un impatto negativo sulla qualità della vita dei pazienti, ma può aumentare il rischio di malattie cardiovascolari. L'apnea da sonno grave, se non curata, può provocare ipertensione, ictus o infarto e ridurre di alcuni anni l'aspettativa di vita. La terapia CPAP protegge il sistema cardiovascolare e ha effetti positivi sull'ipertensione.

Sono oltre 150'000 le persone in Svizzera colpite dalla sindrome di apnea da sonno. A causa dell'ostruzione delle vie respiratorie, durante il sonno la respirazione s'interrompe di continuo. I pazienti sono soggetti a microrisvegli - spesso fino a centinaia di volte per notte - senza rendersene conto. I disturbi del sonno comportano spossatezza diurna, disturbi della concentrazione, sbalzi di umore e colpi di sonno. Meno conosciuti, ma non per questo meno pericolosi, sono i rischi di malattie cardiocircolatorie.

Rischio di ictus e infarto cardiaco

Oltre all'impatto negativo sulla qualità di vita, non sono da sottovalutare le conseguenze a lungo termine dell'apnea da sonno. «L'organismo, sottoposto a costante stress a causa delle ripetute interruzioni del sonno e alla riduzione di ossigeno nel sangue, rilascia sempre più adrenalina causando un aumento della pressione arteriosa con episodi di tachicardia. In questo modo aumenta il rischio di ipertensione e malattie cardiovascolari.» afferma lo pneumologo, il Prof. Dott. med. Robert Thurnheer. Per le persone affette da apnea da sonno severa, non sottoposte a trattamento, il rischio di essere colpite da un ictus o un infarto entro un periodo di dieci anni è tre volte maggiore che per le persone sane.

Vivere meglio e più a lungo grazie alla terapia

La terapia più diffusa per l'apnea da sonno è la terapia CPAP: una maschera che durante la notte assicura l'apertura delle vie aeree mediante pressione positiva. Sono sempre più numerosi gli studi che confermano l'efficacia della terapia CPAP non solo nella riduzione degli episodi di colpi di sonno, ma anche come efficace misura di protezione del sistema cardiovascolare, con effetti positivi sull'ipertensione. «I pazienti affetti da apnea da sonno grave trovano un doppio beneficio nella CPAP: già dopo poche notti la loro qualità di vita è migliore e, a medio termine, i valori di rischio di ictus e infarto corrispondono a quelli riscontrati per le persone sane», afferma il Prof. Dott. med. Robert Thurnheer. Dei circa 150'000 malati in Svizzera solo un terzo è sottoposto a trattamento. Pertanto è importante che chi soffre costantemente di spossatezza diurna e ha frequenti interruzioni della respirazione durante il sonno, si rechi dal medico per sottoporsi a degli accertamenti. La prima informazione sul rischio è l'esito del test di rischio online disponibile sul sito www.test-apneadasonno.ch.

La lega polmonare aiuta

La lega polmonare assiste in tutta la Svizzera circa 47'000 persone colpite da apnea da sonno. Su prescrizione medica, essa offre la terapia CPAP e un servizio di consulenza ai pazienti.

- Test del rischio online: www.test-apneadasonno.ch
- Medico online: dal 10 al 28 marzo 2014 il Prof. Dott. Robert Thurnheer risponde a quesiti su malattie polmonari e delle vie respiratorie: www.legapolmonare.ch/medicoonline
- Opuscoli informativi gratuiti: www.legapolmonare.ch/pubblicazioni
- Altre informazioni: www.legapolmonare.ch/apnea

Chi respira vive

La Lega polmonare consiglia e assiste persone affette da malattie polmonari e insufficienza respiratoria affinché possano vivere quanto più possibile senza disturbi, in modo autonomo e con una migliore qualità di vita. Grazie alla sua rete di contatti specialistici, tutela le esigenze dei suoi pazienti e promuove il loro auto-aiuto. Con misure di prevenzione e il suo impegno per un'aria pulita, la Lega polmonare si impegna affinché sempre meno persone

vengano colpite da malattie polmonari e delle vie respiratorie.

Contatto:

Lega polmonare svizzera
Barbara Weber, portavoce
Tel. +41 31 378 20 72
b.weber@lung.ch

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100000839/100752443> abgerufen werden.