

UVEREJNENÉ: 14.8.2014

mediweb.hnonline.sk

Pozor na spánkové apnoe. Prestávky v dýchaní zvyšujú tlak

Spánkové apnoe, teda opakujúce sa zastavenia dýchania v spánku, sa stáva vážnym problémom.

Čo je na tejto chorobe najnebezpečnejšie?

Odpoveď na túto otázku našiel tím lekárov zo 16 európskych univerzitných klinických pracovísk zameraných na diagnostiku a liečbu apnoe, medzi ktorými boli aj odborníci Kliniky pneumológie a ftizeológie Lekárskej fakulty UPJŠ v Košiciach a Univerzitetnej nemocnice L. Pasteura Košice pod vedením prednostky prof. MUDr. Ruženy Tkáčovej, DrSc.

Výsledky ich dlhoročného sledovania boli v týchto dňoch publikované v prestížnom európskom respirologickom časopise European Respiratory Journal.

„Od roku 2005 sledujeme výskyt apnoe v 16 európskych krajinách, pričom v súčasnosti máme k dispozícii údaje o viac ako 12 000 pacientoch. Hneď v úvode sledovania sme videli, že veľká časť našich pacientov, takmer každý druhý má artériovú hypertenziu,“ vysvetlila R. Tkáčová.

Ako ďalej uviedla, práve preto sa pýtali, ako súvisí vynechávanie dýchania v spánku s vysokým krvným tlakom?

„Otázka je to síce jednoduchá, ale hľadanie odpovede na ňu je zložité. Do úvahy totiž prichádza viacero ‚hráčov‘, o ktorých sa predpokladá, že môžu zvyšovať krvný tlak, napríklad obezita, nedostatočne kvalitný či príliš krátky spánok, ako aj nedostatok kyslíka. Ukázalo sa, že je to práve nedostatok kyslíka počas spánku, ktorý vedie k hypertenzii,“ dodala.

Praktický význam zistenia

Podľa R. Tkáčovej, znamená spánkové apnoe „bez dychu“, teda nedýchanie resp. dusenie počas spánku. Spresnila, že pacienti s apnoe sú väčšinou obézni muži v strednom veku, ktorí si okrem chrápania vôbec neuvedomujú, že môžu mať závažnú chorobu, ktorej komplikácie ich môžu ohroziť na živote.

„Často sú to ľudia, ktorých práca si vyžaduje veľké nasadenie a bdelosť. Apnoe pacientom uberá z výkonnosti počas dňa a znižuje ich kvalitu života. Navyše hypertenzia spojená s apnoe výrazne zvyšuje riziko vzniku závažných srdcovocievnych chorôb a ich komplikácií – srdcového infarktu a mozgovej porážky,“ povedala R. Tkáčová.

Dnes už je podľa nej známe, že je to práve apnoe, ktoré je najčastejšou zistiteľnou príčinou hypertenzie.

„Ak teda vieme, že apnoe vedie k hypertenzii a tá zas k infarktu, potom je našou povinnosťou chorobu spánkové apnoe vyhľadávať a následne aj efektívne liečiť,“ doplnila.

Spánkové apnoe je práve kvôli svojim kardiovaskulárnym komplikáciám v centre výskumu v celosvetovom meradle. Každoročne je v medzinárodných časopisoch publikovaných viac ako 2000 prác s touto problematikou.

Ochorenie sa diagnostikuje pomocou komplexného polysomnografického vyšetrenia v špecializovaných spánkových laboratóriách, akých je v súčasnosti na Slovenku len sedem.

„Výsledky našich štúdií v priebehu posledných 20 rokov poukázali na kauzálnu súvislosť medzi apnoe a vzostupom krvného tlaku. Na jednej strane je systolický krvný tlak u pacientov s apnoe priamo úmerný závažnosti ochorenia, teda frekvencii epizód apnoe a stupni kyslíkovej desaturácie, na strane druhej je u pacientov s apnoe a normálnym krvným tlakom riziko rozvoja hypertenzie v priebehu 4 až 8 rokov zvýšené približne trojnásobne,“ uzavrela R. Tkáčová.