

**UVEREJNENÉ: 21.8.2014**

**ZDRAVOTNÍCKE NOVINY**

**Prestávky v dýchaní zvyšujú krvný tlak**

## Výskum

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

Odpoveď na otázku, čo je na tejto chorobe najnebezpečnejšie, 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 Univerzitnej nemocnice L. Pasteura Košice pod vedením prednostky prof. MUDr. Ruženy Tkáčovej, DrSc. Výsledky ich dlhoročného sledovania v týchto dňoch publikovali v prestížnom európskom respirologickom časopise European Respiratory Journal.

## Úspech košických vedcov

*„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, preto sa pýtali, ako súvisí vynechávanie dýchania v spánku s hypertenziou? *„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 stav „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 im uberá z výkonnosti počas dňa a znižuje ich kvalitu života. Navyše hypertenzia spojená s apnoe výrazne zvyšuje riziko vzniku závažných srdcovo-cievnych 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 spánkové apnoe vyhľadávať a následne aj efektívne liečiť,“*

doplnila. Spánkové apnoe je práve vzhľadom na svoje kardiovaskulárne komplikácie v centre výskumu v celosvetovom meradle.

Každoročne sa v medzinárodných časopisoch publikuje viac ako 2 000 prác s touto problematikou. Ochorenie sa diagnostikuje pomocou komplexného polysomnografického vyšetrenia v špecializovaných spánkových laboratóriách, akých je v súčasnosti na Slovensku 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 stupňu kyslíkovej desaturácie, na druhej strane je u pacientov s apnoe a s normálnym krvným tlakom riziko rozvoja hypertenzie v priebehu 4 až 8 rokov zvýšené približne trojnásobne,**“ uzavrela R. Tkáčová.