

Sindrome da apnee ostruttive del sonno (Apnee notturne)

Sindrome da apnee ostruttive del sonno (Apnee notturne)

La sindrome delle apnee ostruttive nel sonno, nota anche con l'acronimo OSAS (Obstructive Sleep Apnea Syndrome), è una condizione caratterizzata da pause nella respirazione durante il sonno, dovute all'ostruzione parziale o totale delle prime vie aeree.

L'interruzione temporanea della respirazione causa una riduzione della concentrazione di ossigeno nel sangue.

Dal punto di vista clinico, è caratterizzata da sonnolenza diurna e/o alterazioni delle performance diurne e da russamento nel sonno.

Esistono diversi "livelli" della patologia:

- si parla di apnea quando una persona smette di respirare per 10 secondi o più, ma per meno di 3 minuti
- l'ipopnea si ha quando vi è una riduzione parziale del flusso respiratorio
- il RERA (Respiratory Effort Related Arousal) consiste invece una limitazione del flusso aereo con progressivo incremento dello sforzo respiratorio, seguito da un rapido sblocco e ricadute visibili a livello dell'elettroencefalogramma (arousal)

Si ha la sindrome delle apnee ostruttive nel sonno quando si verifica un numero di apnee o di eventi respiratori ostruttivi incompleti (ipopnee/RERA) uguale o superiori a 5 episodi per ora di sonno con evidenza di sforzo respiratorio durante l'ostruzione e presenza di altri sintomi come la sonnolenza diurna, oppure quando si verifica almeno un numero di eventi uguale o superiore a 15 con evidenza di sforzi respiratori.

La sindrome delle apnee ostruttive nel sonno è molto più comune nelle persone in sovrappeso o francamente obese, nelle persone con il collo corto e tozzo (taurino), in chi ha ostruzioni delle prime vie aeree (a livello del naso, della bocca o della gola), inoltre, si presenta più spesso più negli uomini che nelle donne (nelle donne è più frequente dopo la menopausa).

Le persone affette da sindrome delle apnee ostruttive nel sonno in genere cominciano a russare pesantemente, appena si addormentano. Il rumore del russamento è provocato dall'aria che cerca di passare attraverso le vie aeree parzialmente ostruite.

Il russamento diventa sempre più forte, finché l'ostruzione diventa completa e l'individuo smette di respirare per qualche secondo, poi riprende a respirare con un rumore improvviso e il ciclo si ripete.

Oltre a questa tipica manifestazione, le persone affette da sindrome delle apnee ostruttive nel sonno possono presentare:

- eccessiva sonnolenza diurna (sul lavoro, mentre si legge o si guarda la televisione)
- difficoltà a concentrarsi e a svolgere compiti, facili dimenticanze
- colpi di sonno alla guida
- cefalea al risvegli
- bocca e gola a asciutte al risveglio
- sudorazioni notturne
- risvegli improvvisi con sensazione di soffocamento
- nicturia (necessità di minzione notturna)
- impotenza

Fonte: Ministero della Salute.

Tags:



- [Naso](#) [1]

Source URL: <https://sanita.regione.abruzzo.it/i-problemi-del-corpo-partendo-dal-corpo/sindrome-da-apnee-ostruttive-del-sonno-apnee-notturne>

Links

[1] <https://sanita.regione.abruzzo.it/i-problemi-del-corpo-partendo-dal-corpo/naso>

