

Přibývá pacientů se spánkovou apnoí. Správná léčba může zastavit bezesné noci

20.3.2025 - | Fakultní nemocnice u sv. Anny

Na důležitost kvalitního spánku upozorňuje Mezinárodní den zdravého spánku, který připadá na první jarní den. Jeho načasování není náhodou - díky dříve vycházejícímu slunci se lidem v těchto dnech začíná lépe vstávat, a to by měla být ideální příležitost k zamyšlení se nad vlivem spánku na kvalitu jejich života. „Ač prospíme přibližně 25 let, málokdy spánku věnujeme patřičnou pozornost. Pro celkové zdraví, zejména pak to kardiovaskulární, je přitom zcela zásadní,“ upozorňuje lékařka.

Část populace si bohužel i přes dodržování veškerých zásad spánkové hygieny v noci neodpočine. Na vině může být právě spánková apnoe, onemocnění, při kterém pacient během noci přestává opakovaně dýchat. Zástavy dechu trvají minimálně deset sekund, mnohdy ale výrazně déle - nejvíce ve spánkovém centru Fakultní nemocnice u sv. Anny v Brně naměřili přes dvě a půl minuty. Pauzy v dýchání se frekventovaně opakují a znemožňují kvalitní spánek.

Onemocnění má vedle fragmentace spánku řadu nepříznivých dopadů na pacientovo zdraví. „Lidé s těžkou spánkovou apnoí často mívají významné výkyvy hladiny kyslíku v krvi, tzv. desaturace, a toto velice zatěžuje jejich kardiovaskulární systém. Dochází k výkyvům tepové frekvence i krevního tlaku, což výrazně zatěžuje srdce a cévy,“ komentuje Zikmund Galková a doplňuje, že v případě neléčené apnoe jsou pacienti ohroženi infarktem myokardu, mozkovou mrtvicí a dalšími vážnými zdravotními komplikacemi.

Syndrom spánkové apnoe je často doprovázen chrápáním, ale není to pravidlem. „Nemoc se projevuje častým a opakovaným buzením s neschopností znovu usnout, probouzením se lapáním po dechu a konstantní nevyspalostí. Právě to je to, co by pacienta mělo dovést k nám,“ říká Zikmund Galková s tím, že spánková apnoe nejčastěji postihuje muže ve vyšším věku. Hlavní predispozicí je pak obezita. Ohroženi jsou ale prakticky všichni, spánkové centrum má aktuálně v péči již téměř tři tisíce pacientů z celé republiky.

Léčba u středně těžkého a těžkého stupně syndromu spánkové apnoe probíhá pomocí přetlakové ventilace, kdy pacienti spí s maskou napojenou na přístroj, vhánějící pod tlakem do jejich dýchacích cest vzduch. „Hladina kyslíku v krvi se tím často stabilizuje, pacient v klidu spí, nebudí se a většinou je již po první noci na léčbě jako znovuzrozený,“ uzavírá vedoucí lékařka Kardiovaskulárního spánkového centra FNUSA MUDr. Lujza Zikmund Galková.

Pacienti s doporučením od obvodního lékaře nebo jiného specialisty se mohou k vyšetření do spánkového centra objednávat v úterý v čase 8:30-11:00 a 12:00-13:00. Sestřička s volajícím probere jeho obtíže a domluví se na vhodné formě diagnostické noci. Vzhledem k vysokému nárůstu pacientů s podezřením na syndrom spánkové apnoe se aktuální čekací lhůta na vyšetření pohybuje mezi 3-4 měsíci.

<https://www.fnusa.cz/pribyva-pacientu-se-spankovou-apnoi-spravna-lecba-muze-zastavit-bezesne-noci>