

A horkolás nőknél is szívinfarktust okozhat

A nők is horkolnak és a légzéskimaradás náluk is nagy kockázatot jelent.



Kezeletlen esetben a horkolás férfiaknál szív- és érrendszeri betegségek, impotencia előidézője lehet. Spanyol kutatók vizsgálatai arra hívják fel a figyelmet, hogy a horkolás a nőknél is nagy kockázatot jelent. A horkolás ugyanis a leggyakoribb jele az alvási apnoe betegségnek, melynek első tüneteit rendszerint nem a beteg, sokkal inkább a hálótárs észleli. Alvási apnoe esetén, a horkolás mellett az éjszakai pihenést légzéskimaradások szakítják meg, melyeket hosszabb csend után hangosabb, hörgésszerű, mély lélegzetvétel kísér – magyarázza **dr. Vida Zsuzsanna** neurológus, szomnológus, a Sleep Center (<http://www.sleepcenter.hu/>) főorvosa.

A megzavart éjszakai alvás következtében a betegek reggeli fejfájásról, napközben - gyakran indokolatlannak vélt - fáradtságról panaszkodhatnak. Az alvási apnoe betegség előfordulása férfiak körében gyakoribb, de az esetek száma középkorú hölgyek körében is magas, megközelítőleg 3 százalék körüli tehető. A klimaxot követően pedig férfiak és nők egyenlő gyakorisággal szenvednek ebben a betegségben.

Veszélyes szövődmények

Az Annals of Internal Medicine folyóiratban közölt kutatás több, mint 1000 középkorú hölgy részvételével zajlott. A mintegy 88 hónapon át tartó megfigyelés során a kutatók számára a középfokú és súlyos apnoés tüneteket mutató csoportokban egyaránt kimutatható volt az alvási apnoe és egyben a horkolás kezelésére szolgáló CPAP terápia (pozitív nyomású légszínterápia) alkalmazásának eredményessége. A szív- és érrendszeri betegségek miatt bekövetkezett halálozások aránya ugyanis egyértelműen magasabb volt azon résztvevők között, akiknél nem alkalmazták a készüléket. A vizsgálatokat végző kutatók a terápia fontossága mellett, egyben a nők egészségi állapotának fokozott védelmére is felhívják a figyelmet.

Hajlamosító tényezők

A horkolás kapcsán a legtöbben valóban inkább a férfiakra gondolunk, pedig a probléma a középkorú nők esetében is gyakran megoldatlan marad – hívja fel a figyelmet a főorvosnő. Nők esetében gyakran jelentkezik a panasz a terhesség alatt, illetve – részben hormonális változások miatt – a menopauza idején emelkedik gyakorisága és eléri a férfiak körében tapasztalható arányt. Emellett horkolásra hajlamosító tényező a túlsúly és a dohányzás is.

Az alvási apnoe kezelhető!

A kutatásban említett CPAP terápia (pozitív nyomású légszínterápia – Continuous Positive Airway Pressure) lényege, hogy jól záródó és a beteg által jól tolerálható, speciális anyagból készült orrmaszk vagy orr-száj maszk segítségével a készülék folyamatos pozitív levegőnyomást biztosít a felső-légutakon keresztül a tüdő felé, így segítve a szabad és akadálymentes légzést alvás alatt. A terápia hosszú távú kezelést jelent, a tapasztalatok alapján a kezdeti idegenkedést követően a betegek viszonylag rövid idő alatt hozzászoknak a készülék alkalmazásához. A hosszú távú előnyök, a komolyabb szövődmények megelőzése mellett pedig rövid idő alatt jelentkeznek a terápia kedvező hatásai: a nyugodt éjszakai alvás, a reggeli fejfájás és a nappali fáradtságérzet megszűnése.

2012-01-25 10:28

Forrás: Weborvos