

انسداد راه های هوایی حین خواب (آپنه):

شایع ترین اختلال تنفسی حین خواب، آپنه حین خواب است که به دلیل قطع جریان هوا در خواب ایجاد می شود.

آپنه حین خواب به سه دسته تقسیم می شود:

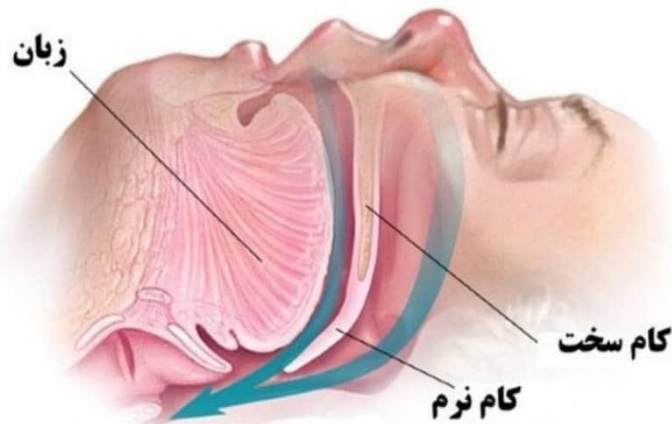
انسدادی: قطع جریان هوا به علت انسداد حلق

مرکزی: به علت قطع تحریکات سیستم عصبی که روی تنفس موثر است و باعث حرکات تنفسی می شود.

مختلط: ترکیبی از علت های مرکزی و انسدادی است.

بیشترین نوع آپنه حین خواب از نوع انسدادی است. شیوع این مشکل در آقایان بیشتر است به خصوص در سالمندان و افرادی که اضافه وزن دارند و افراد سیگاری.

تنفس عادی در طول خواب



آپنه انسدادی خواب



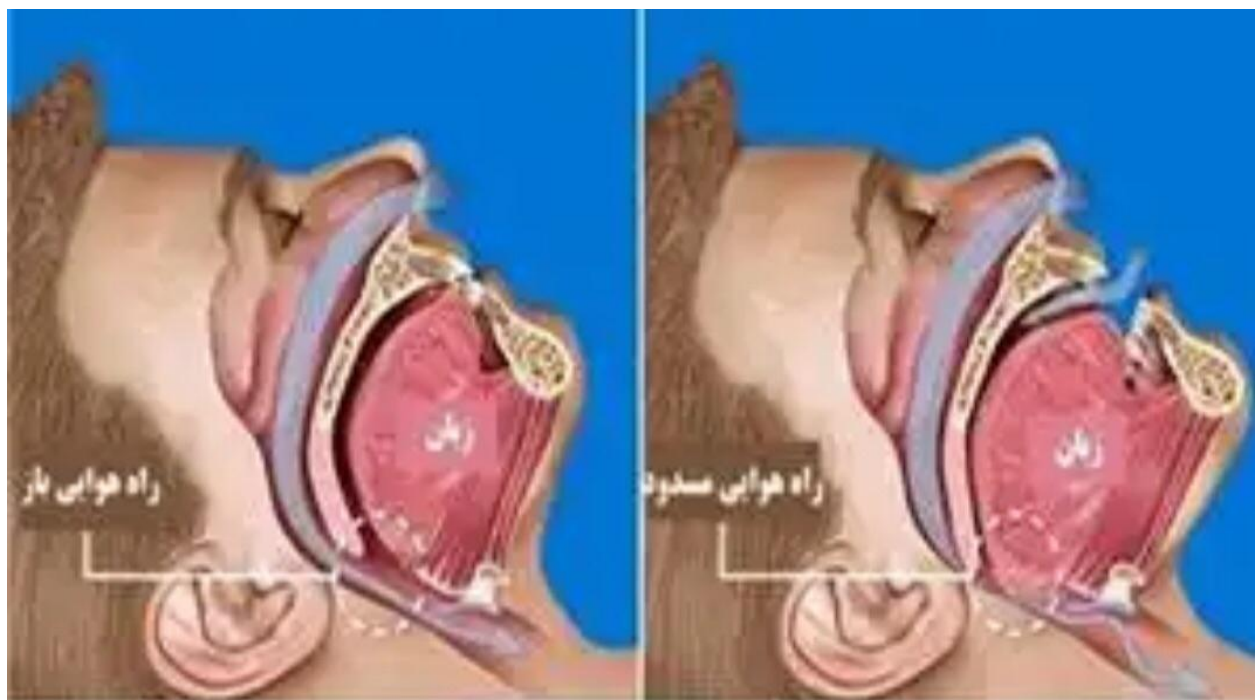
آپنه انسدادی حین خواب عبارتست از تنفس یا خر خر کردن بلند در ۱۰ ثانیه یا بیشتر و بیش از ۵ بار در ساعت که به دنبال آن یک تنفس عمیق و تکان دهنده از خواب می پرد و علت آن کاهش سطح اکسیژن خون است.

* مهمترین خطر برای آپنه، چاقی است.

علائم: خواب آلودگی در طول روز، سردرد صبحگاهی، سوزش حلق، بی اشتها، اختلالات رفتاری، خرخر کردن و بیقراری حین خواب.

درمان: در موارد خفیف توصیه به اجتناب از نوشیدن مشروبات الکلی و مصرف دخانیات، کاهش وزن، در موارد شدیدتر استفاده از دستگاه تنفس با فشار مثبت.

گاهی با توجه به علت زمینه ای و تشخیص پزشک ممکن است جراحی انجام شود.



راه هوایی بدون انسداد

راه هوایی مسدود