

ЦЕНТР МЕДИЦИНЫ СНА  
г. Челябинск

**ХРАП И СИНДРОМ ОБСТРУКТИВНОГО  
АПНОЭ СНА: ЭТИОЛОГИЯ, ПАТОГЕНЕЗ,  
КЛИНИКА, ДИАГНОСТИКА И ЛЕЧЕНИЕ**

**Белинская Н.С.**

# ОПРЕДЕЛЕНИЕ

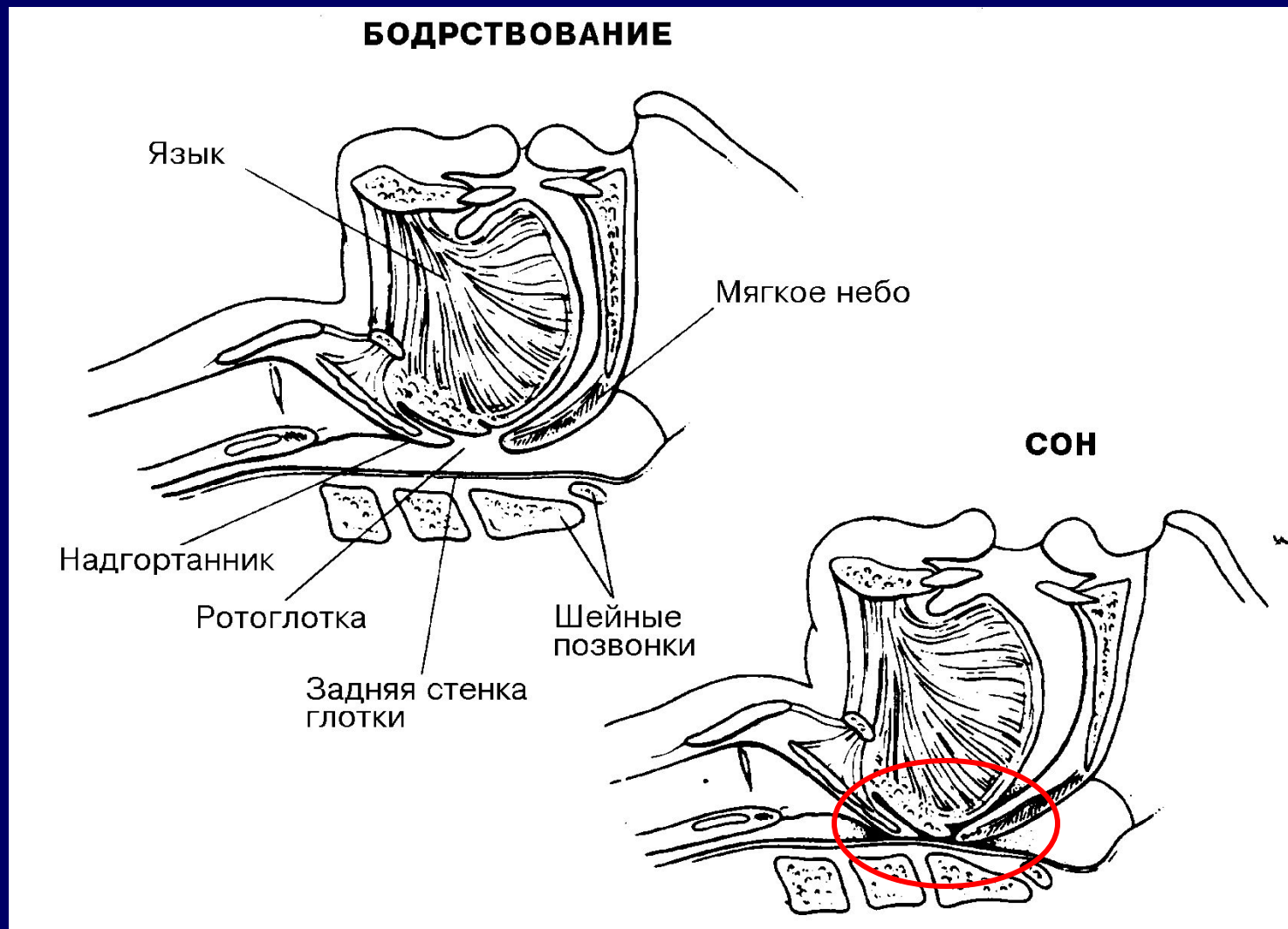
**Храп** – звуковой феномен, обусловленный вибрацией и биением мягких тканей глотки друг о друга при прохождении струи воздуха

**Синдром обструктивного апноэ сна (СОАС)** - состояние, характеризующееся наличием храпа, периодическим спадением верхних дыхательных путей на уровне глотки и прекращением легочной вентиляции при сохраняющихся дыхательных усилиях, снижением уровня кислорода крови, грубой фрагментацией сна и избыточной дневной сонливостью (Guilleminault С., 1978)

# ЭПИДЕМИОЛОГИЯ

- Распространенность СОАС составляет 5-7% от всего населения старше 30 лет
- Тяжелыми формами заболевания страдают около 1-2% из указанной группы лиц

# ЛОКАЛИЗИЦИЯ ОБСТРУКЦИИ ВЕРХНИХ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ ПРИ СОАС



# ПАТОГЕНЕЗ СОАС И ОСЛОЖНЕНИЯ



**Терапевт**

**Кардиолог**

**Уролог**

**Невролог**

**Подозрение  
на СОАС**

**Пульмонолог**

**Психотерапевт**

**Пульсоксиметрия,  
кардио-респираторный  
мониторинг, полисомнография**

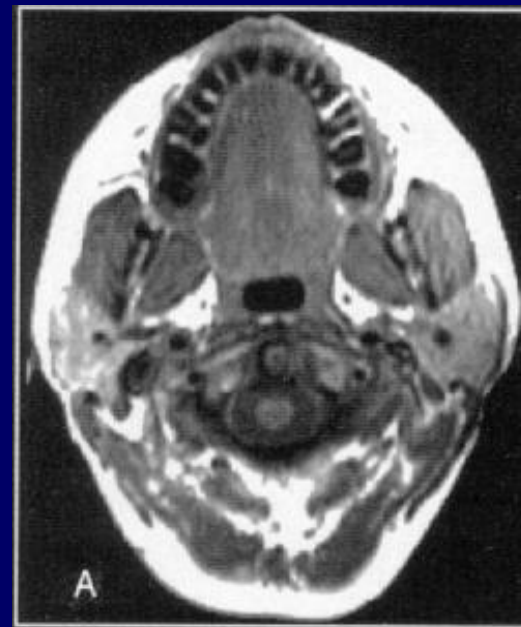
**Постановка диагноза синдрома обструктивного  
апноэ сна и выбор оптимальной тактики лечения**

# СУЖЕНИЕ ПРОСВЕТА ГЛОТКИ ПРИ ОЖИРЕНИИ

НОРМА



ОЖИРЕНИЕ



Schwab R.J. Airway  
imaging // Clinics in Chest  
Medicine, 1998; 19: 33-54

# КЛИНИЧЕСКАЯ ДИАГНОСТИКА СОАС - СКРИНИНГОВОЕ ПРАВИЛО

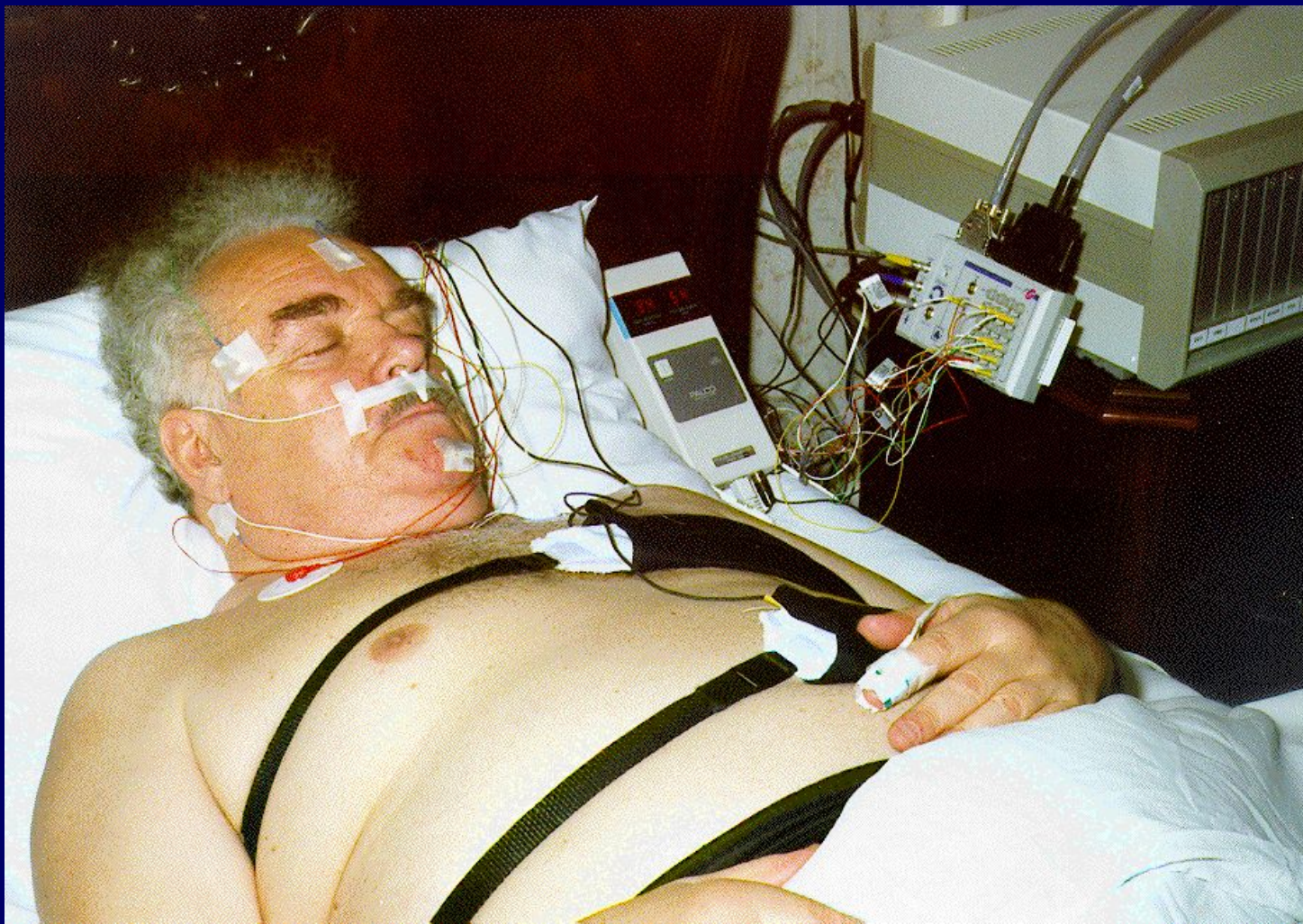
При наличии первого признака или любых трех из указанных ниже показано углубленное исследование на предмет выявления СОАС:

1. Указания на остановки дыхания во сне.
2. Указания на громкий или прерывистый храп.
3. Повышенная дневная сонливость.
4. Учащенное ночное мочеиспускание.
5. Длительное нарушение ночного сна (> 6 мес).
6. Артериальная гипертензия (особенно ночная и утренняя).
7. Ожирение 2-4 ст.



# ИНСТРУМЕНТАЛЬНАЯ ДИАГНОСТИКА СОАС

Полисомнография – метод длительной регистрации различных функций человеческого организма во время сна



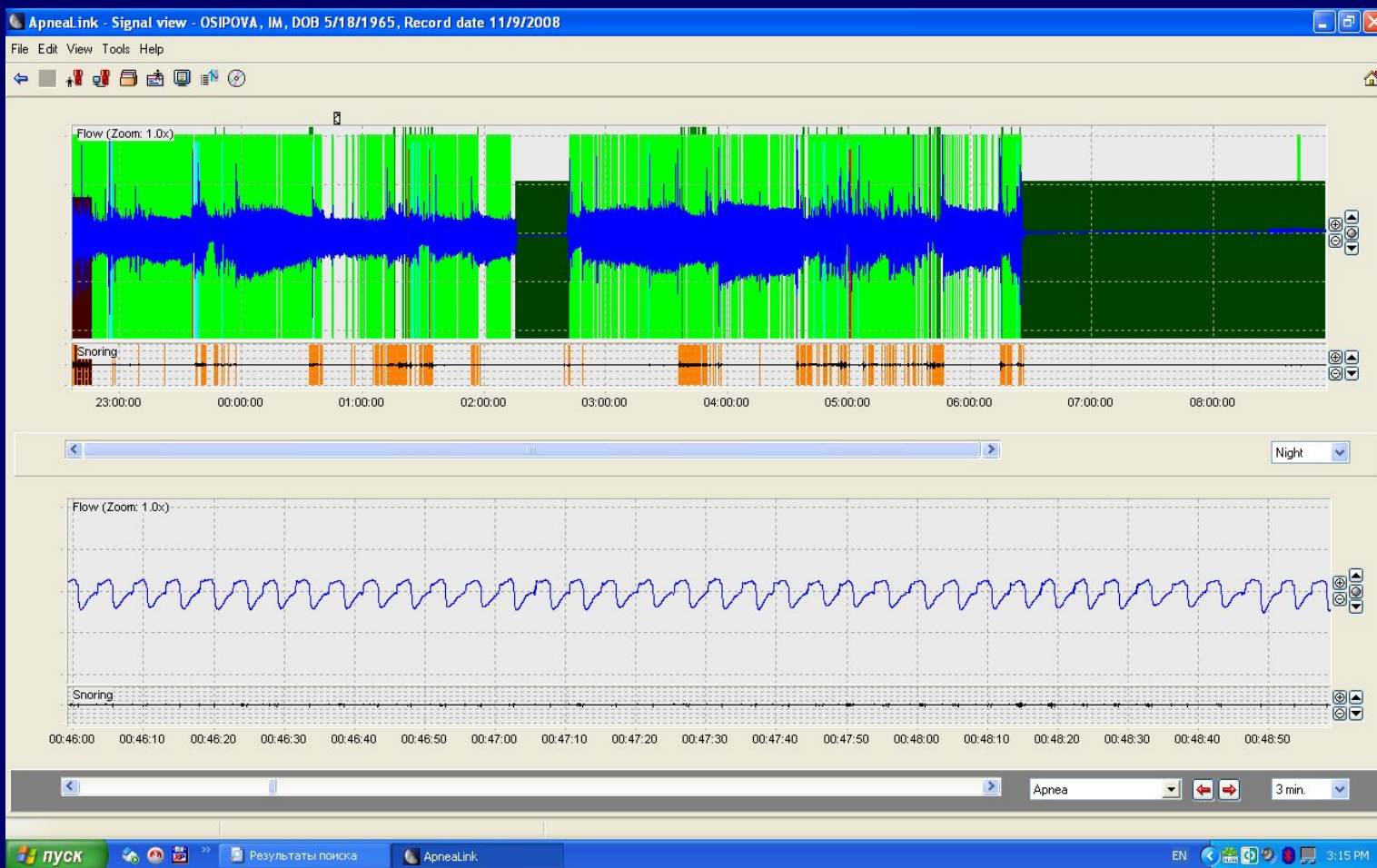
# ФРАГМЕНТ ПОЛИСОМНОГРАММЫ ПАЦИЕНТА Г. 40 ЛЕТ, С ТЯЖЕЛОЙ ФОРМОЙ СОАС (5-минутная развертка)



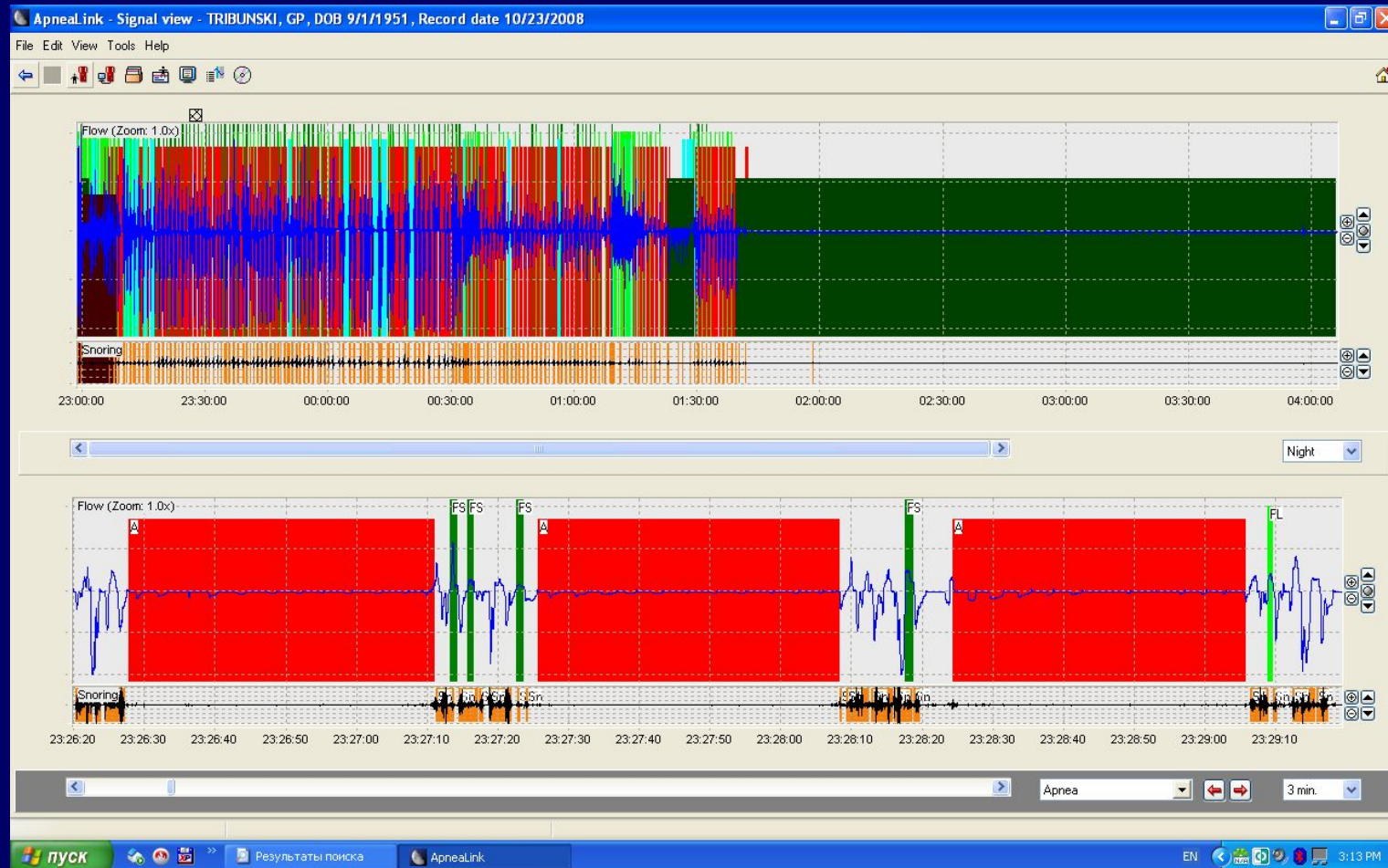
# Респираторный мониторинг



# ФРАГМЕНТ РЕСПИРАТОРНОГО МОНИТОРИНГА норма, 3-минутная развертка



# ФРАГМЕНТ РЕСПИРАТОРНОГО МОНИТОРИНГА СОАС тяжелая форма, 3-минутная развертка



# ЛЕЧЕНИЕ СОАС

- Общепрофилактические мероприятия (снижение массы тела, прекращение курения, ограничение алкоголя, позиционное лечение)
- Лечение постоянным положительным давлением в дыхательных путях (CPAP-терапия)

# ОБЩЕПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ

Снизить массу тела

Снижение массы тела на 1% уменьшает тяжесть СОАС на 3-4%.

Прекратить или ограничить курение

Курение вызывает хроническое воспаление глотки и трахеи, сопровождающееся отеком их стенок и снижением тонуса глоточных мышц. Это, в свою очередь, вызывает сужение дыхательных путей и усиливает храп и СОАС

Избегать приема транквилизаторов и снотворных препаратов

Транквилизаторы и снотворные препараты, как правило, снижают мышечный тонус и способствуют расслаблению глоточной мускулатуры, что, в свою очередь, может утяжелять храп и СОАС

Ограничить потребление алкоголя

200 мл водки принятые перед сном человеком с массой тела 70 кг могут ухудшить параметры дыхания на 50%

# CPAP-ТЕРАПИЯ

В 1981 г. К. Sullivan (Австралия) предложил лечение СОАС методом создания постоянного положительного давления в дыхательных путях.



В мировой практике данный метод получил название CPAP-терапия – по начальным буквам словосочетания Continuous Positive Airway Pressure

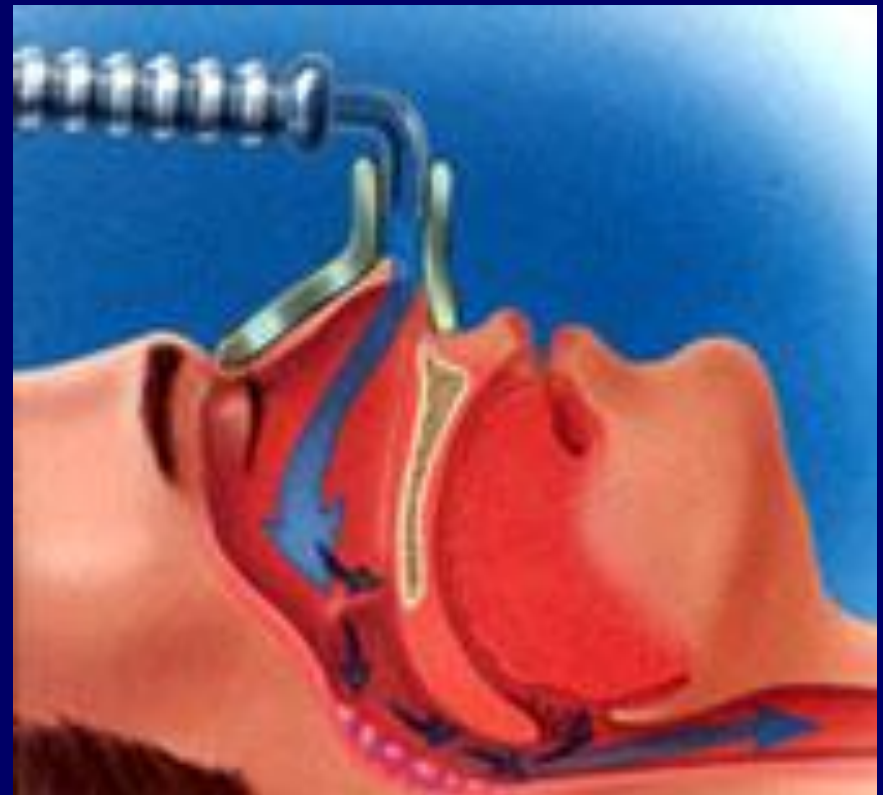


# МЕХАНИЗМ ДЕЙСТВИЯ СРАР-ТЕРАПИИ

**АПНОЭ ВО СНЕ**



**СРАР-ТЕРАПИЯ**



# ПРОВЕДЕНИЕ СИПАП-ТЕРАПИИ



# ДОСТОИНСТВА И НЕДОСТАТКИ СРАР-ТЕРАПИИ

Достоинства	Недостатки
<ul style="list-style-type: none"><li>• Наиболее эффективный метод лечения средне-тяжелых форм СОАС (100% эффект в первую ночь лечения)</li><li>• Метод неинвазивен и прост в применении</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Метод для регулярного применения</li><li>• Физический дискомфорт</li></ul>

# ТАКТИКА ЛЕЧЕНИЯ СОАС

- Активное выявление пациентов с подозрением на апноэ сна
- У пациентов с подозрением на СОАС необходимо проведение инструментального исследования с целью уточнения тяжести СОАС
- Самым эффективным методом лечения средней и тяжелой форм СОАС является СИРАР-терапия

**Центр медицины сна**

**г. Челябинск**

**Комсомольский пр-т 33-д**

**тел. 740-01-40**