

ЦЕНТР МЕДИЦИНЫ СНА
г. Челябинск

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

Белинская Н.С.

ОПРЕДЕЛЕНИЕ

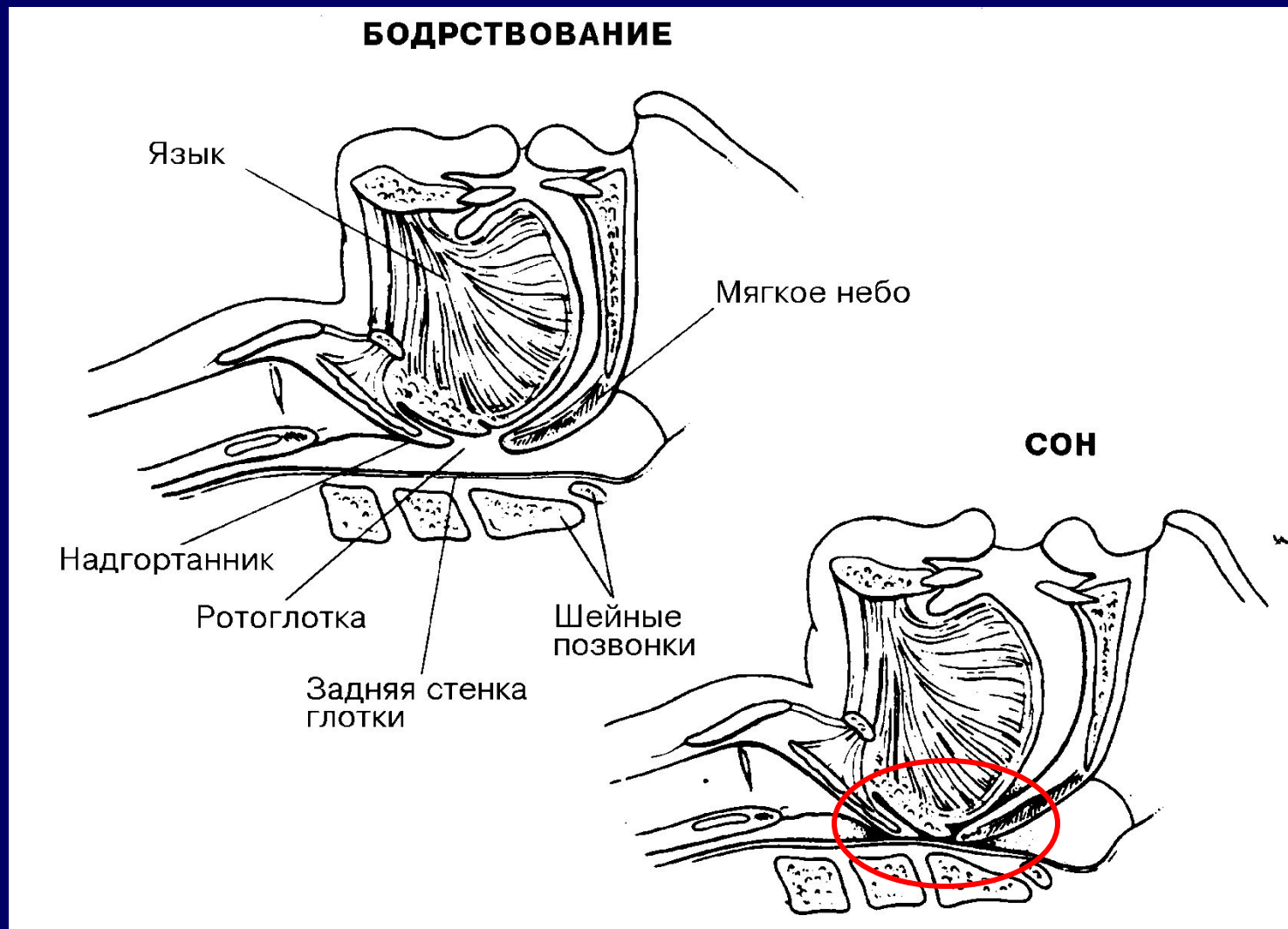
Храп – звуковой феномен, обусловленный вибрацией и биением мягких тканей глотки друг о друга при прохождении струи воздуха

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)

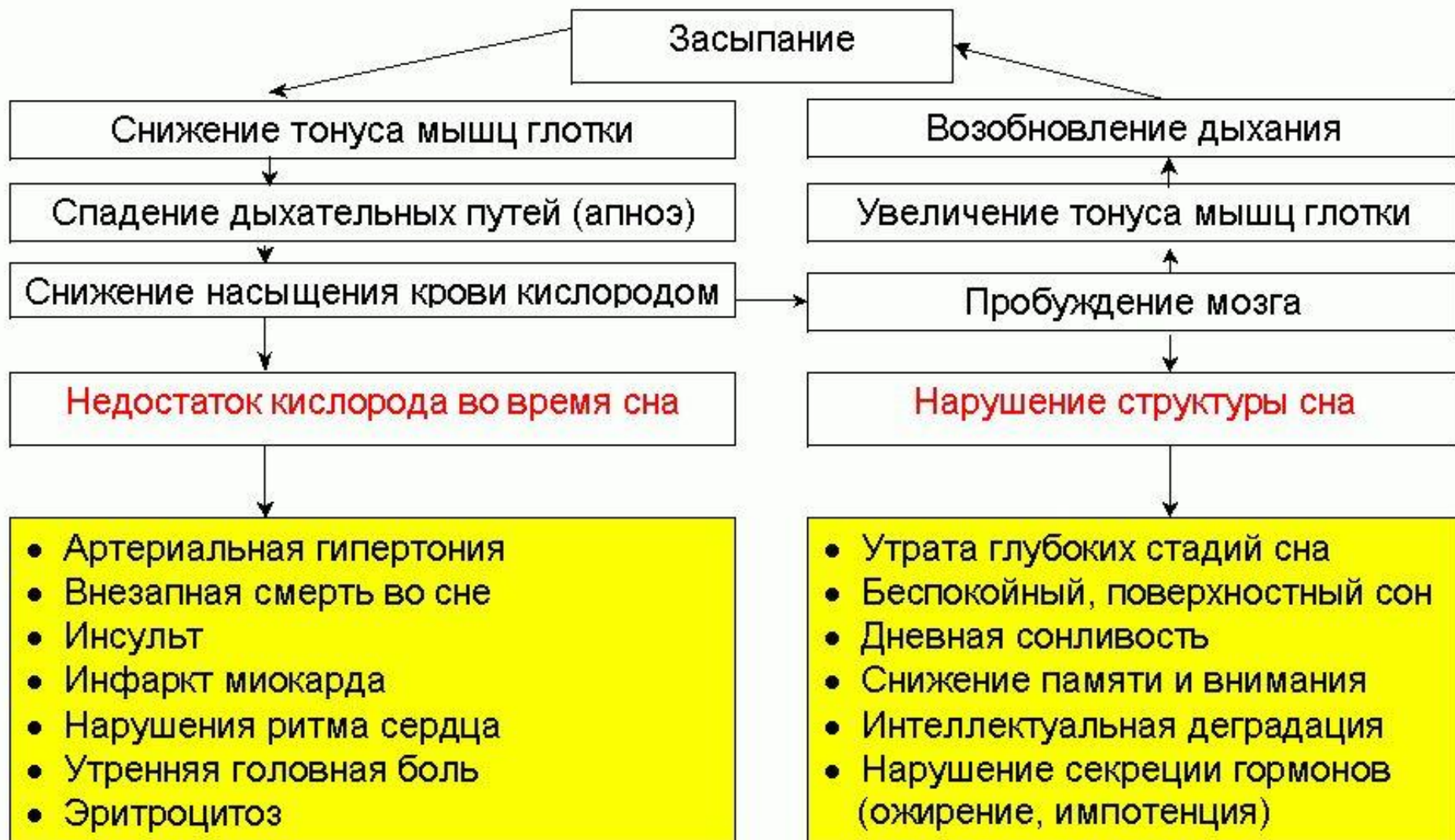
ЭПИДЕМИОЛОГИЯ

- 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**

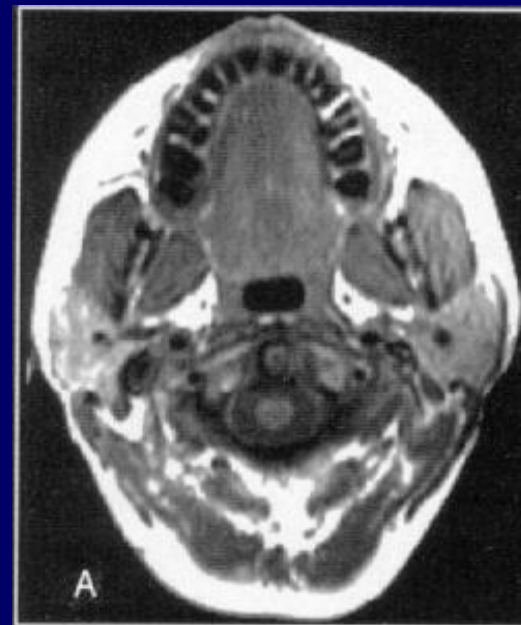
**Постановка диагноза синдрома обструктивного
апноэ сна и выбор оптимальной тактики лечения**

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:

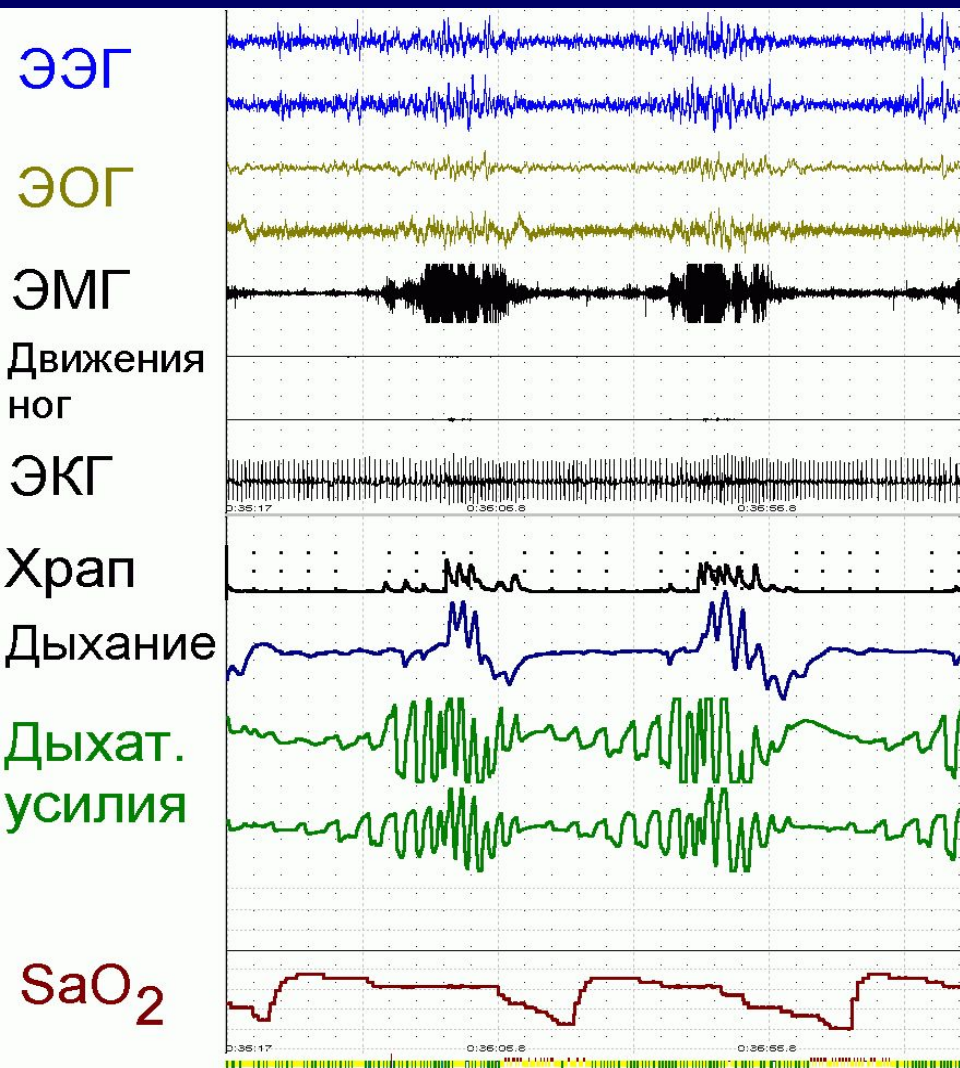
1. Указания на остановки дыхания во сне.
2. Указания на громкий или прерывистый храп.
3. Повышенная дневная сонливость.
4. Учащенное ночное мочеиспускание.
5. Длительное нарушение ночного сна (> 6 мес).
6. Артериальная гипертензия (особенно ночная и утренняя).
7. Ожирение 2-4 ст.

ИНСТРУМЕНТАЛЬНАЯ ДИАГНОСТИКА СОАС

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



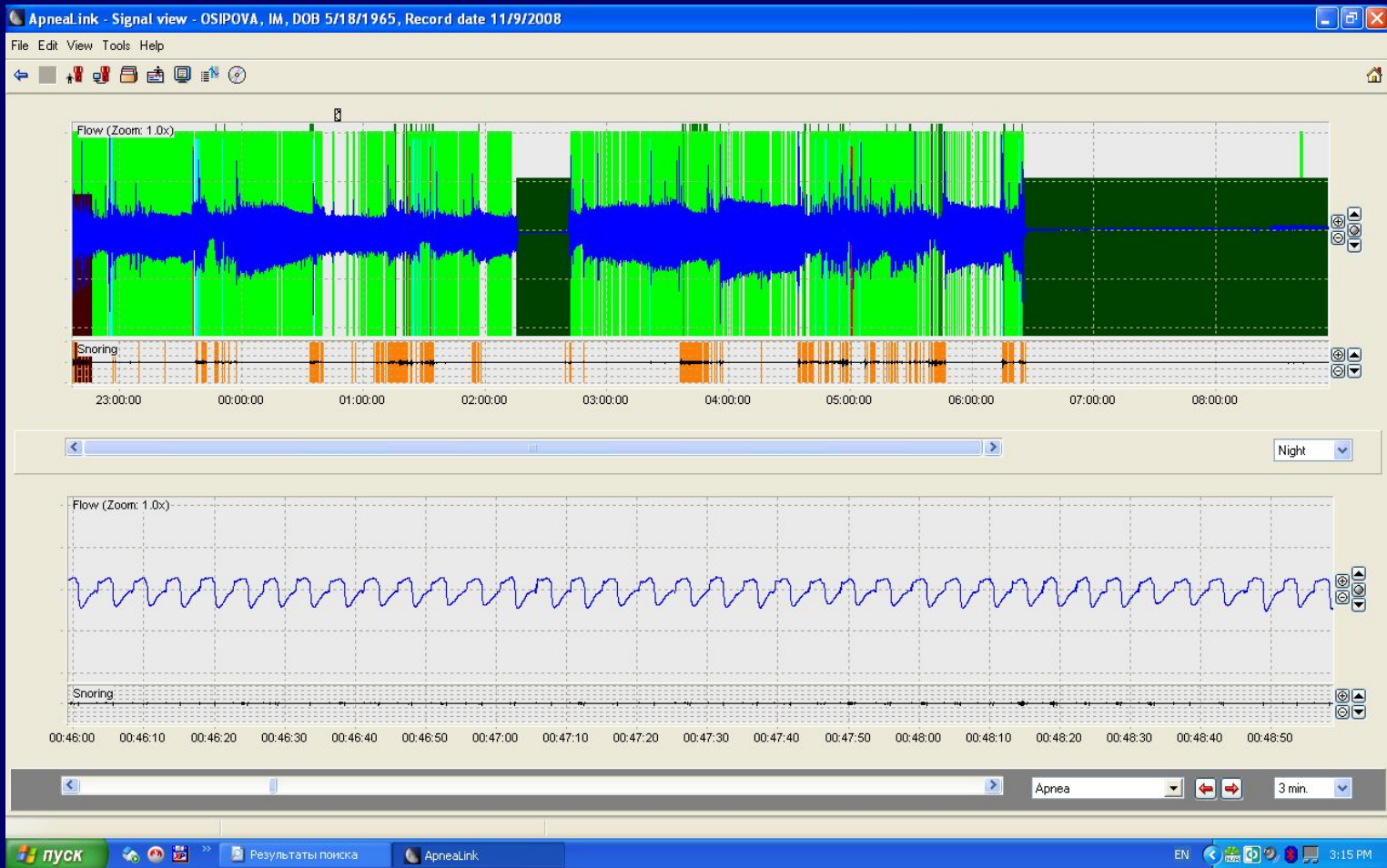
ФРАГМЕНТ ПОЛИСОМНОГРАММЫ ПАЦИЕНТОА Г. 40 ЛЕТ, С ТЯЖЕЛОЙ ФОРМОЙ СОАС (5-минутная развертка)



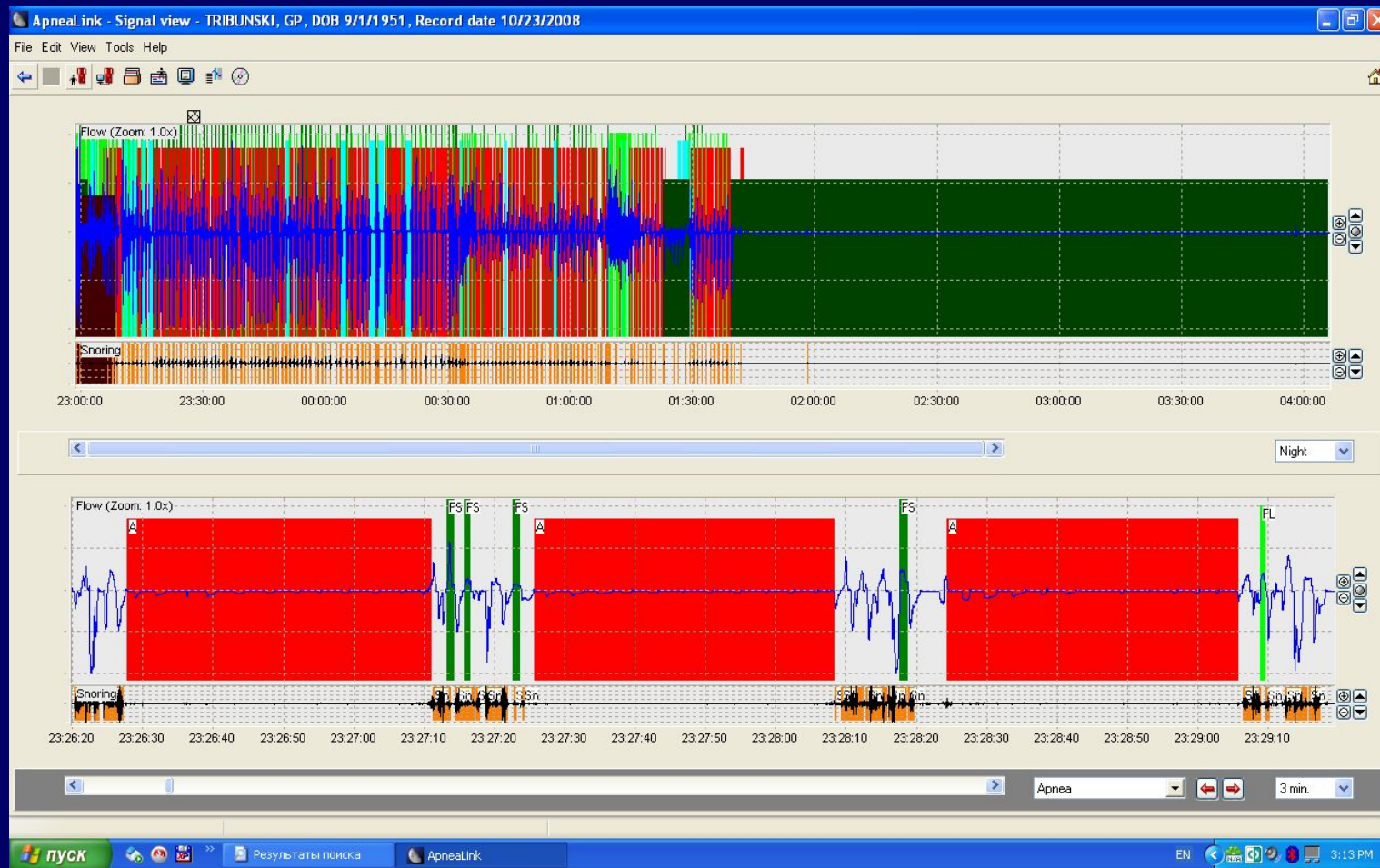
Респираторный мониторинг



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

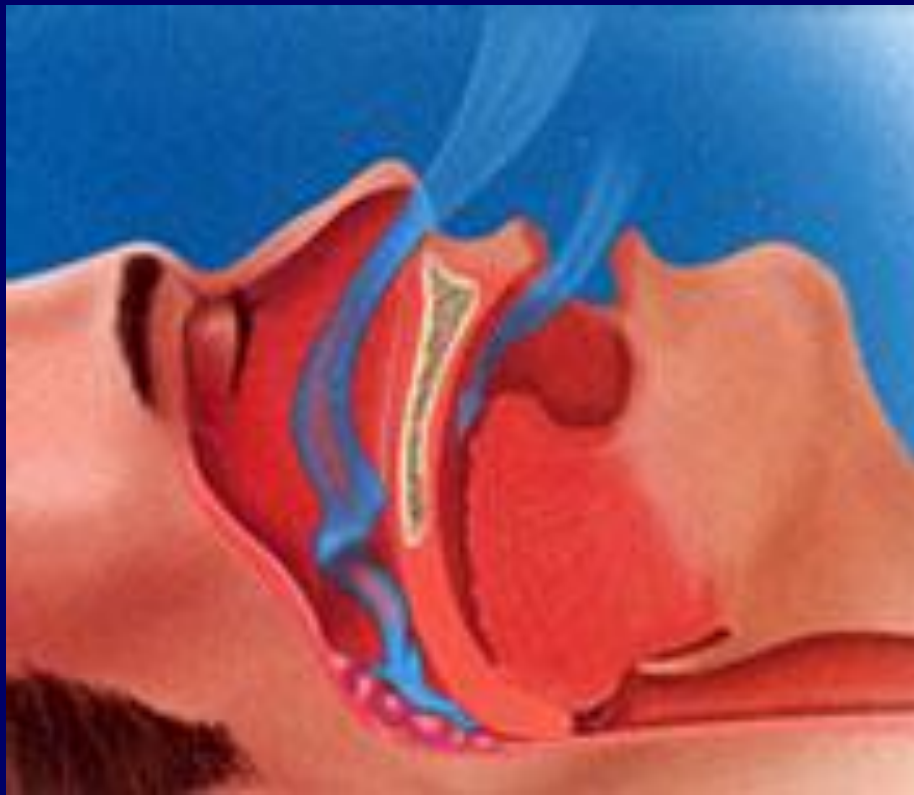
В 1981 г. К. Sullivan (Австралия) предложил лечение СОАС методом создания постоянного положительного давления в дыхательных путях.



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

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