

SÍNDROME DE APNEA-HIPOPNEA Y PRUEBAS DEL SUEÑO

¿QUÉ ES EL SÍNDROME DE APNEA-HIPOPNEA DEL SUEÑO (SAHS)?

Es una enfermedad crónica, en la que se pueden llegar a tener cientos de paradas respiratorias de más de 10 segundos cada noche. Es una enfermedad muy frecuente: un 4% de la población la sufre.

En ocasiones, la vía aérea superior se colapsa durante el sueño. Si el cierre es parcial se trata de hipopnea (2) y si el cierre es completo, se trata de apnea (3).



Síntomas y consecuencias.

Si ronca, sufre de agotamiento durante el día, sequedad de boca, se levanta varias veces durante la noche a orinar, si padece somnolencia diurna y se duerme en situaciones cotidianas, enfermedades de corazón o pulmón, dificultades para concentrarse, pérdida de memoria, inapetencia sexual, impotencia, deterioro de las relaciones sociales, mal-humor...

Tratamiento.

“Hábitos saludables”: El control del peso es fundamental, buena higiene del sueño, evite tabaco, alcohol y bebidas estimulantes.

Dispositivos de presión de aire positiva (AutoPAP o CPAP) adaptado a sus necesidades.

Otras alternativas; DAM, cirugía, etc.

PRUEBAS DIAGNÓSTICAS

Poligrafía: Sencilla, económica y muy útil para descartar un SAHS.

Auto-CPAP o ajuste automático de presiones.

Polisomnografía: La más completa, necesaria para confirmar el diagnóstico y planificar el tratamiento de los casos más complejos.

Cada paciente y cada trastorno es diferente, por lo tanto, requiere o no una prueba del sueño distinta. Es imprescindible consultar previamente con un médico especialista para que pueda recomendarle la prueba que más se ajuste a sus necesidades.