

## PORUCHY SPÁNKU

Chrápáním, respektive poruchami dýchání ve spánku, trpí poměrně velká část populace. Zatímco chrápání je více-méně problém společenský, poruchy dýchání ve spánku (tzv. apnoické pauzy) jsou problémem zdravotním, který ve svých následcích může vést ke zhoršení či zhoršovat srdeční a cévní onemocnění, např. vysoký krevní tlak.

Při vyšetření je třeba zjistit, zda se jedná o prosté chrápání, nebo jestli nemocní trpí zástavami dechu ve spánku. Při prostém chrápání pacient v noci dýchá pravidelně, zatímco u apnoiků dochází k zástávám nebo omezením dechu na více než 10 sekund. Pacienti s vynecháváním dýchání trpí nadměrnou denní spavostí, i při normální délce nočního spánku usínají při běžných denních činnostech (v divadle, kině).

Tato nadměrná spavost se může podílet i na 'mikro-spánku', který je častou příčinou dopravních nehod. K odlišení těchto dvou poruch pomůže pozorování partnera, přesnější je vyšetření spánkovým monitoringem, tj. vyšetření přístrojem, který sleduje dýchání ve spánku.

Podle výsledku vyšetření spánkový lékař zhodnotí, zda pacient trpí prostým chrápáním či apnoickým syndromem a na podkladě výsledků navrhne ideální léčbu.

Při prostém chrápání či lehkém nebo středně těžkém syndromu spánkové apnoe je obvykle možná chirurgická léčba zahrnující operaci v dutině nosní, dutině ústní, či v hltanu. Odchytky v těchto oblastech odhalí vyšetření ORL specialistou. Při těžším stupni syndromu spánkové apnoe je obvykle chirurgické řešení nevhodné a nastupují konzervativní (neoperační) postupy léčby (např. léčba přístrojem CPAP).

Zásadním faktorem způsobující chrápání je nadváha (obezita). Obézním pacientům nikdy operace nepomůže a je nutno nejprve váhu snížit.

Centrum poruch spánku Fakultní nemocnice Ostrava  
© Petr Matoušek, Vilém Novák, Tomáš Pniak 2009

## Centrum poruch spánku FNO tvorí tým lékařů a sester těchto klinik:

- Klinika dětské neurologie
- Neurologická klinika
- Otorinolaryngologická klinika (ORL)
- Klinika plicního lékařství
- Klinika ústní a obličejové chirurgie
- Psychiatrická klinika

## SPEKTRUM PÉČE

Centrum poruch spánku FNO poskytuje napříč obory vysoce specializovanou péči pacientům s poruchami spánku jak v diagnostické, tak i léčebné části:

- diagnostika poruch spánku,
- konzervativní léčba poruch spánku,
- chirurgická léčba poruch spánku.



## Kontakty:

ORL klinika Fakultní nemocnice Ostrava  
17. listopadu 1790, 708 52 Ostrava  
e-mail: tomas.pniak@fno.cz, petr.matousek@fno.cz

tel. (ORL oddělení): 597 375 812  
tel. (ORL ambulance): 597 373 040  
597 373 275

## Ordinační hodiny:

středa 7.30-12.00 hod.  
pátek 7.30-14.00 hod.



Centrum poruch spánku  
Fakultní nemocnice Ostrava  
ORL klinika

# CHRÁPÁNÍ A SYNDROM SPÁNKOVÉ APNOE

Informace pro pacienty



[www.fno.cz](http://www.fno.cz)

[www.fno.cz](http://www.fno.cz)