Dott. andrea conti
corso mazzini 14
47121 forlì

Associazione Nazionale Dentisti Italiani



26 Febbraio 2015

# Il tuo dentista informa

## Il dentista: la "sentinella" per i disturbi del sonno

**Una percentuale molto elevata della popolazione generale si reca dall'odontoiatra almeno una volta all'anno per visite di controllo, igiene orale professionale o per eseguire terapie. Per questo motivo gli odontoiatri hanno la possibilità di intercettare precocemente i segni e sintomi dell'OSAS.**

Allo stesso tempo, possono valutare se il paziente presenta le indicazioni per essere sottoposto a trattamento con specifici dispositivi orali (Oral Appliances, OA) molto meno invasivi e fastidiosi di altri trattamenti utilizzati per curare l'OSAS. L'odontoiatria, completato l'iter diagnostico, può provvedere, ove ritenuto opportuno, all'applicazione di un dispositivo intra orale (OA).

La scelta del dispositivo da applicare è condizionata da vari fattori come: comfort, facilità d'uso, modificabilità dell'avanzamento mandibolare e capacità di movimento mandibolare. Questi dispositivi mantengono la pervietà delle vie aeree posteriori alla lingua, spostando in avanti e/o mantenendo chiusa la mandibola e aumentando la dimensione verticale occlusale.

Si viene ad avere, così, un avanzamento della lingua, un aumento della tensione delle pareti faringee e l'impossibilità della mandibola di post-ruotare, sì da impedire l'occlusione parziale o totale del flusso respiratorio.

10 anni 2005 - 2015
FONDAZIONE ANDI ONLUS
Associazione Nazionale Dentisti Italiani
Dentisti a tutto campo

## Quando il sonno è dannoso. I rischi dalle apnee ostruttive nel sonno

**La sindrome delle apnee ostruttive nel sonno (Obstructive Sleep Apnea Syndrome, OSAS) è un disturbo respiratorio del sonno caratterizzato da episodi ripetuti di completa (apnea) o parziale (ipopnea) ostruzione delle vie aeree superiori, con riduzioni fasiche dei valori della saturazione d'ossigeno arteriosa e possibile aumento dell'anidride carbonica ematica. Le ripetute apnee e ipopnee determinano uno sforzo respiratorio con possibili variazioni della frequenza cardiaca, frammentazione del sonno ed aumento dei valori della pressione arteriosa, sia sistemica sia polmonare.**

Ne sono affetti 1,6 milioni di italiani, ma solo il 10% di questi lo sa e si cura in modo appropriato.

I sintomi notturni che caratterizzano l'OSAS sono: russamento abituale, pause respiratorie nel sonno riferite dal partner, risvegli con sensazione di soffocamento, sonno notturno agitato, nicturia, xerostomia e, in misura minore, sudorazione notturna eccessiva.

Le conseguenze diurne dell'OSAS sono: sensazione di sonno non ristoratore, cefalea, eccessiva sonnolenza diurna, aumentato rischio di incidenti stradali (da 3.5 a 8 volte maggiore della popolazione di controllo), deficit cognitivi (in particolare disturbi di memoria, concentrazione ed attenzione) e, in misura minore, depressione del tono dell'umore ed impotenza sessuale.

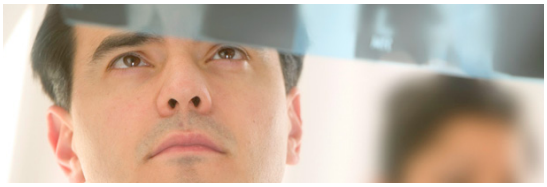
La terapia medica ha come obiettivo l'eliminazione dei fattori predisponenti l'insorgenza dell'OSAS o del russamento. Molti sono i trattamenti indicati per curare la sindrome dell'apnea ostruttiva nel sonno e questi dipendono dalla situazione clinica del paziente, dalla severità del disordine e, principalmente, dalla causa specifica dell'ostruzione. Il clinico ha a disposizione molteplici soluzioni per aiutare chi è affetto da OSAS: dal cambiare il proprio stile di vita fino ad arrivare all'intervento chirurgico.

Per curare le forme più lievi, ma più diffuse, della patologia ivestono un ruolo fondamentale i dispositivi intraorali prescritti dall'odontoiatra.

Un'accurata diagnosi è fondamentale per individuare se il paziente è a rischio OSAS o se ne è affetto. Questa si può effettuare partendo da un semplice test fino all'utilizzo di apparecchiature particolari che misurano il respiro durante la notte. L'odontoiatra può essere la figura sanitaria più adatta ad individuare un paziente a rischio.

## Scopri se sei a rischio OSAS

Se rispondi con "si" alla maggioranza delle domande parlane con il tuo medico curante o con il tuo dentista



Russi forte?
Ti senti spesso stanco?
Qualcuno ha notato arresti del tuo respiro di notte?
Hai la pressione alta?
Il tuo indice di massa corporea (BMI) è superiore a 35?
La tua età è superiore a 50 anni?
La tua circonferenza del collo è superiore a 40 cm?
Sei maschio?

## Incidenti stradali ed OSAS

Gli automobilisti che soffrono di questa sindrome corrono un rischio fino a 8 volte maggiore di provocare un incidente stradale. Si stima che il 20% degli incidenti stradali siano stati causati per un colpo di sonno in un paziente affetto da OSAS.

Si stima che in Italia il 4% degli uomini e il 2% delle donne soffrano della sindrome delle apnee nel sonno, ma la percentuale sale fino al 20% tra gli autotrasportatori per il loro stile di vita più sedentario. Oltre ad influire negativamente sui livelli di attenzione, la malattia allunga i tempi di reazione: a 130 km/h i conducenti affetti da OSAS percorrono 22 metri in più rispetto agli altri prima di frenare o impostare una manovra correttiva; a 40 km/h la differenza è di 9 metri.