

ÇOCUKLARDA TIKAYICI UYKU APNE SENDROMU (Obstrüktif sleep-apne sendromu)

Çocukda Týkayıcı Uyku Apne Sendromu Nedir?

"Apne" Yunanca bir kelimedir. "Nefessizlik" anlamına gelir. Týkayıcı Uyku Apne Sendromunda, uykuda sýk sýk tekrarlayan nefes durmaları, þiddetli horlama ve bunların yol açtığı bazı belirtiler vardır.

Her nefes durması sırasında kandaki oksijen miktarı azalır ve kalp kanı pompalamak için daha çok çalışmak zorunda kalır. Tansiyon yükselir ve nefes alma tekrar başladıktan sonra bile tansiyon bir süre yüksek kalır. Kalp bazen düzensiz çalışır hatta saniye durabilir. Uykudaki ani ölümlerin bazılarından bu kalp durmaları sorumlu tutulmaktadır.

Uykuda nefes durmaları (apne) gece içinde yüzlerce kez tekrarlayabilir. Öyleki, bazı kişiler toplam uyku sürelerinin dörtte üçünü almadan geçirir. Oysa apnelerin çok azı hastanın yakınları tarafından farkedilir. Her nefes durmasının ardından saniyeler sürer kısa bir uyanıklık dönemi olur. Bu kısa uyanıklık dönemlerini hasta uyanıklık olarak algılamaz ama bunlar uykunun derinleşmesi ve dinlendirici bir uyku haline gelmesini engeller. Nefes almakta zorlanan hasta harcadığı çaba nedeniyle çok terler, yatakta sürekli dönerek yatıp pozisyonunu değiştirir. Yine hastalık nedeniyle genellikle gecede bir iki kez tuvalete kalkma ihtiyacı duyar. Bunların sonucunda uyku kalitesiz ve yüzeysel bir hale gelir. Böylece kalitesiz ve yüzeysel bir uyku uyunur.

Çocuklarda Týkayıcı Uyku Apne Sendromunun Nedeni Nedir?

Çocuklarda en sık neden bademcik, geniz eti büyümeleri ve şişmanlıktır.

Týkayıcı Uyku Apne Sendromunun Sonuçları Nelerdir?

Gece uykusunun dinlendirici olmaması nedeniyle hasta ne kadar uzun süre uyumuş olursa olsun sabah yataktan kalktığında kendisini yorgun ve uykulu hisseder. Baş ağrısı ve ağız kuruluğundan şikayet edebilir. Yorgunluk gün boyu devam ettiği için unutkanlık ve dikkat eksikliği nedeniyle içinde verimli olamaz, gergin ve sıkıntılı olur. Ayrıca davranış bozuklukları, okul performansında düşme, geceleri altını ıslatma problemleri görülebilir. Bu hastalık tedavi edilmediğinde sağ kalp yetersizliği ve nadirde olsa ani ölümler olabilir.

Tanı Nasıl Konur?

Sürekli ve şiddetli horlaması olanlar, uykuda nefes durmaları olduğu farkedilenler, yeterli süre uyuduğu halde sabahları yorgun uykusunu alamıyıp halde uyananlar hekime başvurmalarıdır. Bu kişilere uyku laboratuvarında uyku incelemesi yapılmalıdır. Uykunun incelemesinin sonucunda horlama ve uyku apne sendromunun derecesi belirlenir ve tedavi biçimine karar verilir.

Tedavide Neler Yapılabilir?

Nedene yönelik tedavi gerekir. Neden bademcik ve geniz eti büyüklüğü ise bademcik ve geniz etinin alınması gerekir. Şişman çocukların kilo vermesi sağlanmalıdır. Ağır olgularda ağız içi araç ve CPAP denilen üst havayolunun açık kalmasını sağlayarak kullanılır.