علماء يكشفون خطورة "القاتل الصامت"..ما هو؟



وتشير Express استنادا إلى بيانات المعهد الأسترالي، إلى أن حالة انقطاع التنفس التي يطلق عليها "القاتل الصامت"، ترفع مستوى الأدرينالين، الذي بدوره يرفع مستوى ضغط الدم، وبالتالي يزيد من خطورة الإصابة بالنوبات القلبية ومرض نقص تروية القلب والرجفان الأذيني وقصور القلب والجلطة الدماغية. كما أن الأشخاص المصابين بانقطاع التنفس المعتدل أو الشديد أثناء النوم يزداد خطر تطور مرض السكري عندهم، واضطراب المزاج والكآبة والصداع وضعف الانتصاب و الذاكرة والتركيز.

وانقطاع التنفس، هو توقف حركات الجهاز التنفسي، ويمكن ملاحظته أيضا عند افتقار الدم لثاني أكسيد الكربون كما يحصل في حالة التهوية الميكانيكية المفرطة للرئتين.

وانقطاع التنفس أثناء النوم هو شكل منفصل يتميز بتوقف تهوية الرئتين خلال النوم لمدة تزيد عن 10 ثوان وعادة تستمر 30-20 ثانية وفي الحالات الشديدة تصل إلى 3-2 دقائق، وهذا يعادل 60% من إجمالي فترة النوم الليلي. وعندما تكون هذه الحالة دورية (15-10) مرة في الساعة) تظهر متلازمة انقطاع التنفس في النوم، يصاحبها اضطراب النوم والنعاس في فترة النهار، مع ضعف الذاكرة والقدرة على

العمل والتعب المستمر. وهناك انقطاع التنفس الانسدادي المركزي وانقطاع التنفس أثناء النوم وأشكالها المختلطة.

وأصبح معروفا في وقت سابق، أن الاستيقاظ المتكرر ليلا، يمكن أن يكون بسبب خلل في عمل بعض أعضاء الجسم بما فيها الغدة الدرقية والمسالك التنفسية والقلب والأوعية الدموية.

وينصح الخبراء بمراجعة الطبيب، إذا كان الشخص يستيقظ ليلا عدة مرات أكثر من ثلاث مرات في الأسبوع على مدى عدة أشهر. وكذلك عند الشخير يوميا.

المصدر: نوفوستي