

)) salute)

Russare

Stop al rumore

È UN DISTURBO DEL SONNO MOLTO COMUNE, MA OGGI È POSSIBILE RISOLVERLO
CON LA CHIRURGIA ENDOSCOPICA. E NON SOLO DI EMILIO STURLA FURNÒ

Motivo di ilarità, scherno, discussioni con familiari, vicini di stanza d'albergo e – in casi estremi – con i vicini di casa. Il russare è un disturbo comune: secondo alcuni recenti studi, tale caratteristica interessa quasi il 45% della popolazione. Gli altri 55% ne subiscono gli effetti. E il vero russatore nega sempre di esserlo. È un rumore che segnala una seria difficoltà respiratoria notturna. «L'aria inspirata – spiega il Prof. Stefano Di Girolamo, Associato di Clinica Otorinolaringoiatrica presso l'Università di Tor Vergata – trova difficoltà a passare parzialmente nelle vie aeree superiori (naso e gola) e crea un flusso turbolento che, a sua volta, mette in vibrazione i tessuti molli della faringe. Le cause di restringimento delle vie aeree superiori si identificano con ostruzione nasale da deviazione del setto, ipertrofia dei turbinanti, polipi, ostruzione della faringe per ipertrofia del palato molle e dell'ugola, delle tonsille palatine e della base della lingua. Quando l'ostruzione è totale, soprattutto per la chiusura della faringe, si verifica l'apnea, un'interruzione completa della respirazione».

Tale patologia si osserva soprattutto in pazienti adulti obesi – i più colpiti sono gli uomini – la maggior parte dei quali tende a dormire in posizione supina. Un accurato esame polisonnografico – già obbligatorio negli Stati Uniti e in numerosi Paesi europei – consente di individuare le cause del fastidioso russare, a cui rispondere con terapie risolutive per sogni d'oro e silenziosi. «Il rinocirurgo si avvale di



strumenti microchirurgici, di endoscopi a fibre ottiche, di telecamere e monitor televisivi per eseguire interventi chirurgici sulle strutture delle cavità nasali e dei seni paranasali. Maggiore sicurezza e decorso post-operatorio più brevi e meno traumatici. Gli interventi risultano meno aggressivi al punto da poter evitare, in taluni casi, il tamponamento nasale con soluzioni più leggere e di breve durata. Anche il decorso post-operatorio risulta meno doloroso, con una riduzione dei tempi di degenza».

I sintomi. Il principale sintomo diurno è la sonnolenza, seguito da cefalea mattutina, debolezza muscolare, sbadigli, difficoltà della concentrazione e improvvisi colpi di sonno.

L'esame. L'esame polisonnografico è da tempo obbligatorio negli USA e in gran parte dei Paesi europei, per accertare l'idoneità alla conduzione dei mezzi di trasporto pubblici e privati (aerei, treni, autobus, taxi, autotreni eccetera)

La terapia. Si tratta di una chirurgia innovativa



Secondo le ultime ricerche, quasi il 45% degli italiani russa. Il restante 55% ne subisce gli effetti. I più colpiti? Gli uomini.

PRIMA DI FARSI OPERARE

Una possibile soluzione per combattere le apnee notturne arriva anche dall'odontoiatria. Si tratta di un semplice apparecchio rimovibile (nella foto)

da indossare prima di andare a dormire. Come funziona? Impedisce la caduta della mandibola durante il sonno:

«Quando si sta in posizione supina i muscoli del viso e del collo si rilassano e la mandibola tende a cadere trascinando con sé lingua, epiglottide e faringe, che riducono lo spazio dove



passa l'aria che respiriamo», afferma il dottor Carlo Cantù, responsabile del reparto di Ortodonzia dell'Ambulatorio Odontoiatrico Accreditato Regione Lombardia Pentadent a Monza. «L'aria, passando in uno spazio ristretto, provoca il rumore del russamento».

Va utilizzato regolarmente, anche se è possibile ottenere nel tempo un effetto "memoria-muscolare" che ne riduce l'impiego. Viene costruito su misura e il prezzo varia dai 700 agli 800 euro. Per informazioni: Centri Pentadent, tel. 039.2326562, www.pentadent.it (S.Z.)

basata sulla tecnologia endoscopica attraverso l'utilizzo di fibre ottiche, per curare patologie come deviazioni del setto, ipertrofia dei turbinati, sinusiti, micosi, tumori benigni e maligni. Tale chirurgia ha l'obiettivo di ripristinare la pervietà delle prime vie aeree attraverso pratiche mininvasive con impiego di fibre ottiche e strumentazioni (laser di vario tipo, manipoli per frese endonasali, debrider, coblator, bisturi a radiofrequenza) in interventi effettuabili in regime di precisione e sicurezza. Attraverso i seni paranasali, è possibile accedere all'area basicranica e intervenire su patologie che,

in passato, necessitavano di complessi interventi per via esterna o transfacciale. Gli interventi vengono effettuati in day hospital e in anestesia locale, consentendo una notevole riduzione di disagio per il paziente. ▸

in+ CONTATTI

Ecco alcuni centri a cui rivolgersi per risolvere problemi di russamento:

- Medisnono, Centro di Medicina del Sonno, Roma, tel. 06.860941

www.villamafalda.com

- Sonnomedica, Milano, tel. 02.3220000

www.sonnomedica.it

L'ECO DELLA STAMPA

10/04/2008 1=7

(SONNOMEDICA 13) 84695

**SONNOMEDICA SRL CENTRO DI MEDICINA
DEL SONNO
VIA CERVA 25
20122 MILANO MI**

N° Cop.	Data Cop.	Testata	Titolo articolo	Pag.	Fogli	Cod. art.
0	01/03/2008	IO SONO	RUSSARE STOP AL RUMORE	106/07	2	200829770239
Busta n° 2008/35903					2	