

УХО, ГОРЛО, ХРАП...

Тот, кто мешает нам спать!

Проводя во сне около трети всей жизни, человек спит в среднем 8 часов в день. Результаты исследований выявили, что более 40% супружеских пар страдают от храпа одного из партнеров, в результате чего другой партнер теряет до полутора часов сна каждую ночь. Приобретая хроническую форму, подобные ситуации часто становятся причиной ухудшения отношений в семье, разводов, повышенной раздражительности, снижения концентрации внимания, депрессивных состояний и даже онкозаболеваний.

Наиболее распространенные причины возникновения храпа – особенности строения носоглотки и чрезмерное расслабление мышц верхних дыхательных путей во время сна. Вход в горло сужается, уменьшая количество воздуха, необходимого для нормального дыхания, и провоцирует вибрации мышц неба. На более тяжелых стадиях расслабленное небо полностью перекрывает поступление воздуха, приводя к остановкам дыхания на несколько секунд, после чего о мозг обычно дает сигнал к пробуждению, и мышцы начинают работать в нормальном режиме. Такие остановки могут возникать до нескольких сотен раз за ночь. “Эпизоды тишины” заставляют родственников беспокоиться, и не зря – это может быть синдромом апноэ сна.

Синдром апноэ сна – остановка дыхания. Он приводит к недостатку кислорода в организме, что со временем может стать причиной инфаркта миокарда, инсульта или даже внезапной смерти.

Директор медицинского центра, специализирующегося на лечении проблем уха, горла и носа, Доктор Ральф Стэнли рассказал нам, что ждет пациента, желающего избавиться от храпа.

Видео назоларингоскопия и компьютерная томография

Осмотр дыхательных путей начинается с видеообследования полости носа и носоглотки при помощи специального микроскопа.

Благодаря современным технологиям, позволяющим обследовать труднодоступные части полости носа и пазухи, диагностика многих заболеваний стала значительно более эффективной. Использование этих технологий помогает выявить патологические изменения у большого количества пациентов, которые имели жалобы, но были признаны здоровыми в результате обычного осмотра традиционным методом.

Во время назоларингоскопии пациент находится в кресле и может сам наблюдать за ходом осмотра на

большом экране. Доктор делает цветные фотографии полостей и перегородок, объясняя причины симптомов, беспокоящих пациента. В частности, храп и затрудненное дыхание могут быть следствием перекрытия дыхательных путей в результате травмы, полученной в прошлом, или воспаления в пазухах носа. В тех случаях, когда доктор подозревает воспаление, пациент отправляется на компьютерную томографию придаточных пазух носа. Эта безболезненная процедура позволяет эффективно диагностировать заболевание и назначить правильное лечение.



Исследование сна

Если пациент жалуется на храп, а осмотр и компьютерная томография не выявили воспалительных процессов или травм, мешающих дыханию, Доктор Стэнли предлагает провести исследование во время сна.

Процедура тщательно организована и не доставляет пациенту значительных неудобств. Специалист приезжает в

отель или по месту жительства храпуна, устанавливает компьютер и датчики, которые записывают “историю одной ночи”. Показатели, регистрируемые врачом в процессе сна пациента, включают: электроэнцефалограмму (ЭЭГ) – электрическая активность клеток головного мозга с электродов, расположенных на голове пациента, электромиограмму (ЭМГ), с электродов, расположенных у подбородка, над субментальной мышцей и/или областью жевательных мышц, электроокулограмму (ЭОГ)

– регистрацию движения глаз, с электродов, расположенных у края каждого глаза, электрокардиограмму (ЭКГ) с одним или несколькими отведениями и многие другие.

Последующая расшифровка данных позволяет получить информацию об активности головного мозга, тонусе мышц гортани, работе сердца, остановках дыхания во время сна, насыщении крови кислородом, работе грудной и брюшной стенок пациента.

Исследование сна позволяет выявить точную причину храпа и назначить эффективное лечение для ее устранения.

На заметку:

Основные причины храпа:

- анатомические нарушения
- увеличенные миндалины
- удлиненное мягкое небо (т.н. небный язычок)
- врожденные отклонения
- полипы
- искривленные перегородки носа
- разрастание носовых раковин
- повышенная масса тела
- гипотериоз
- вредные привычки
- уменьшение мышечного тонуса

info@russian-asia.com

Проблему храпа решить возможно!

Оценив риски и выявив причины, доктор посоветует пациенту специальную терапию при помощи аппарата, облегчающего дыхание во сне, либо предложит операцию, которая исправит нарушения.



На заметку:

Если синдром апноэ сна не лечить, он может привести к ряду проблем со здоровьем, включая:

- остановки дыхания во сне
- беспокойный сон
- ночное мочеиспускание
- разбитость, головные боли
- мучительная дневная сонливость
- хроническая усталость
- снижение памяти и внимания
- снижение потенции
- инсульт и инфаркт
- аритмия
- кардиомиопатия
- сердечная недостаточность
- сахарный диабет
- ишемическая болезнь сердца

Синусит

Эндоскопические операции

Синусит – это воспаление одной или нескольких придаточных пазух носа. Он возникает как осложнение при остром насморке, гриппе, кори и других инфекционных заболеваниях.

Симптомы синусита:

- головные боли
- неприятные ощущения в носу или пазухах
- затруднение дыхания через нос
- заложенный нос
- изменение цвета слизистой
- насморк
- повышение температуры тела (наблюдается при остром гайморите)
- быстрая утомляемость

При лечении синусита используются лекарственные средства и физиопроцедуры. Если консервативное лечение не помогает решить проблему, то приходится прибегать к хирургическим методам.

Сейчас доктору не требуется делать разрезы и на ощупь проводить операцию. Эндоскопические хирургические методы позволяют точно определить очаги воспалительных процессов в пазухах и устранить проблему. Такой вид операций малоинвазивен и не доставляет пациенту боли и неудобств.

Эндоскоп представляет собой тонкую гибкую трубку, в толще которой находится оптоволоконно. Доктор, выполняя операцию, смотрит в окуляр, через который видно протекающий в пазухе патологический процесс.

Выбор в сторону эндоскопических операций снижает излишнюю травматизацию, ускоряет послеоперационный период, уменьшает риски самой операции и послеоперационных осложнений. После операции пациент находится в госпитале всего несколько часов и в тот же день может вернуться к активному образу жизни.



СПРАВКА



Доктор Ральф Стэнли

практикующий хирург и директор известного в Сингапуре медицинского центра лечения проблем уха, горла и носа у детей и взрослых “Stanley Ear Nose Throat & Sinus Centre”.

В Центр Доктора Стэнли из разных стран обращаются пациенты с проблемами дыхания, слуха, головокружениями и аллергией, а также с онкологическими заболеваниями органов дыхания. Здесь проводят сложные эндоскопические операции носовых пазух, поврежденной основы черепа, исследуют сон, лечат от храпа, запущенных синуситов и предупреждают развитие серьезных заболеваний.

Карьера Доктора Стэнли началась в 1978 году, когда он получил степень MMBS в Сингапурском университете. В 1982 году Ральф Стэнли стал членом ассоциации Королевской коллегии хирургов Эдинбурга (FRCS). В Шотландии Доктор Стэнли провел год, получая сингапурскую государственную стипендию, после чего вернулся работать в Сингапурский Госпиталь. В 1987 году Доктор Стэнли вновь получил государственную стипендию и уехал повышать квалификацию в Лондон.

С 1992 года Доктор руководил отделением оториноларингологии в Сингапурском госпитале, выступал с лекциями в разных странах, публиковал статьи в тематических изданиях и участвовал в конференциях.

В 1995 году Ральф Стэнли открыл Медицинский центр “Stanley Ear, Nose, Throat & Sinus Centre”, а в 2001 году стал членом Американской Академии Оториноларингологии.



Адрес:
#06-17 Gleneagles Medical Centre,
6 Napier Road, Singapore 258499

Телефон: (65) 6475 2282
(65) 6491 9670 (русский)
Факс: (65) 6475 0882

web: www.sinus.sg
email: drstanley@sinus.sg