



Dott. Francesco Fanfulla

Pavia, 15 marzo 2018 - “Le capita di gridare senza motivo? Di piangere? Di essere in apprensione per quello che può succedere? Di non riuscire a concentrarsi? Le accade di avere un forte bisogno di muovere le gambe durante il giorno quando le capita di stare fermo a lungo?”.

Sono alcune delle 17 domande con cui si misurano gli effetti dei disturbi del sonno nei 10 centri Maugeri dedicati a questa recente branca medica, a cavallo fra la pneumologia e la neurologia, e che si avvale anche delle competenze dei fisiatri e degli psicologi

Si tratta di un nuovo questionario, frutto di una ricerca multidisciplinare, e denominato *Maugeri Sleep Quality and Distress Inventory*, ossia *Inventario della qualità e dei disturbi del sonno*, e presentato alla comunità scientifica lo scorso anno, attraverso una pubblicazione della relativa ricerca sulla rivista scientifica *PLOS*.

“Un formulario messo a punto col concorso di pneumologi, neurologi, psicologi, bioingegneri prevalentemente Maugeri (i centri di Pavia, Veruno-No e Tradate-Va) ma anche San Raffaele, Mondino e Cnr - spiega Francesco Fanfulla, pneumologo e responsabile del centro di Medicina del sonno dell’IRCCS Maugeri di Pavia - che attraverso 17 domande, punta a misurare l’impatto del buono o cattivo sonno a livello psicologico. Rendendo misurabile l’impatto del disturbo e l’efficacia, *expost*, del lavoro terapeutico”.

Il questionario chiede appunto al paziente di raccontare particolari situazioni o anche stati d’animo che prova durante il sonno o al risveglio.

Il lavoro è frutto dell’esperienza ormai trentennale della Maugeri. Quella di Alberto Braghiroli, che ha cominciato a occuparsi di disturbi del sonno all’IRCCS Veruno di Novara nel 1987, e che è uno degli autori del questionario, quindi quella dello stesso Fanfulla, che ha iniziato nel 1995, e che oggi dirige il centro dell’IRCCS Pavia, dove ci si occupa di disturbi respiratori, come le apnee ostruttive; le parasonnie

(sonnambulismo, *pavor nocturnus* ossia il terrore notturno), i disturbi motori (movimenti automatici, digragnamenti, dondolamenti nei bambini), i disturbi del ritmo circadiano (disallineamenti sonno-veglia) e l'insonnia.

### **Il network del Sonno**

La Maugeri ha costruito la più grande rete di centri dedicati a questa branca medica. Col sistema *hub e spoke*, ossia del perno e dei raggi, dalla sede principale di Pavia si irradiano Veruno (No), Lumezzane (Bs), Tradate (Va), Telese (Bn), Cassano (Ba), Marina di Ginosa (Ta) e Sciacca (Ag), e, ultima arrivata, l'ICS Maugeri di via Clefi.

Rete del sonno che, il prossimo 17 marzo, sabato, per celebrare la Giornata Mondiale, che cade il 16, aprirà i propri ambulatori alla cittadinanza offrendo uno screening gratuito (prenotazioni al numero verde 800 909646).