



Sono un grave fattore di rischio, spesso conseguenza del sovrappeso, perché causa di infarti e incidenti stradali. Un problema che colpisce sia adulti che bambini tra i 4 e i 6 anni. Oggi si stima che nel mondo ne soffrano più di un miliardo di persone tra i 30 e i 69 anni



Bergamo, 23 maggio 2024 - I disturbi respiratori nel sonno e le apnee notturne sono finiti sotto i riflettori del 110° Congresso Nazionale dal titolo “Il Futuro in ascolto” della SIOeChCf - Società Italiana di Otorinolaringoiatria e Chirurgia Cervico Facciale in corso a Bergamo alla Fiera dal 22 al 25 maggio sotto la presidenza del prof. Giovanni Danesi.

“Il tema delle Apnee notturne e, quindi, della cosiddetta Osas - malattia ostruttiva delle vie respiratorie nel sonno - è diventato negli ultimi anni di grande attualità perché si sono finalmente posti al centro e approfonditi i tantissimi problemi e patologie correlate che influiscono in maniera sostanziale sulla qualità di vita del paziente. In questo 110° convegno della SIOechCf in corso a Bergamo fino a sabato 25 maggio, specialisti di primordine del settore si sono alternati sul palco, ed è giusto che questo argomento

trovi il suo canale di sensibilizzazione verso i pazienti affinché non si sottovaluti questo problema che ha un impatto sociale sia in termini assistenziali che terapeutici non indifferenti”, introduce il prof. Giovanni Danesi, presidente del 110° Congresso.



Prof. Giovanni Danesi

“È una patologia che interessa ben 30 milioni di italiani, uomini e donne. La maggior parte dei casi è in forma lieve e si manifesta di solito con un russamento semplice - spiega il dott. Andrea De Vito, Direttore dell’UO di Otorinolaringoiatria negli ospedali di Forlì e Faenza, dottorato PhD in Medicina del Sonno e coordinatore della commissione scientifica nazionale sui disturbi del sonno della SIO&ChCf - Ci sono, però, ben 4 milioni di italiani a rischio di gravi conseguenze perché, nei loro casi, l’interruzione del respiro notturno avviene per 15 o più volte l’ora. Ciò significa che per 15 volte, tutti gli organi del corpo soffrono di un’ischemia temporanea”.

Che cos’è l’apnea notturna e perché può essere pericolosa

L’apnea è un’occlusione delle vie respiratorie a livello faringeo. Avviene di notte perché dormendo perdiamo tono muscolare e, conseguentemente, è più facile che le strutture anatomiche della bocca e della gola collassino. Negli adulti la principale causa di apnee notturne è l’obesità e più in generale l’essere in condizioni di sovrappeso: il deposito di grasso sia sul collo che sull’addome determina l’occlusione delle vie respiratorie a livello faringeo mentre si dorme, causando l’apnea respiratoria.



Dott. Andrea De Vito

A questo si possono poi aggiungere fattori genetici e fattori anatomici come le malformazioni connesse a sindromi rare o più semplicemente l'aumento di volume di alcune strutture della gola, per esempio le tonsille. In tutto il mondo, perciò, le apnee notturne crescono all'aumentare del sovrappeso nella popolazione.

Anche nei bambini le apnee sono frequenti (tra l'1 e il 5% della popolazione italiana) e si manifestano principalmente tra i 4 e i 6 anni (ma possono iniziare anche a 2 anni). La causa principale è l'ipertrofia cioè l'ingrandimento adeno-tonsillare. “È importante la vigilanza dei genitori nel cogliere le irregolarità nel respiro notturno - riprende De Vito - perché chi soffre di apnee da bambino, se non viene trattato ne soffrirà sicuramente anche da adulto”. Oggigiorno, 8 bambini su 10 che si sottopongono all'asportazione chirurgica delle tonsille, lo fanno in seguito a diagnosi di apnea.

Ma è negli adulti che le conseguenze delle apnee notturne sono più gravi. “Quando gli episodi superano i 15 all'ora - prosegue il dott. De Vito - l'apnea diventa un fattore di rischio indipendente per le patologie cardiovascolari e favorisce l'insorgenza del diabete, del reflusso gastroesofageo e dell'ipertensione, a loro volta causa di malattie dell'apparato cardiocircolatorio. Le apnee notturne, inoltre, creano forte sonnolenza diurna, diventando una causa pericolosissima di incidenti stradali e colpi di sonno alla guida”.

Come trattare le apnee notturne: le ultime acquisizioni presentate al 110° Congresso SIOeChCF

Oggi le cure mediche messe a punto per questa patologia possono essere considerate all'avanguardia. “La perdita di peso rappresenta la principale forma di prevenzione e cura delle apnee notturne. A fianco, ci

sono gli ultimi ritrovati scientifici ”, ha spiegato il dott. De Vito che, oltre ad essere membro della Rete formativa/didattica dell’Università di Ferrara per i medici in formazione in Otorinolaringoiatria, è tra gli autori dei nuovi PDTA delle Malattie nel Sonno in approvazione per l’AUSL Romagna (1,2 mln di utenti).

“Oltre alla terapia ventilatoria che rimane sempre la prima scelta, tra le cure d’avanguardia discusse al 110° Congresso della Società Italiana di Otorinolaringoiatria e Chirurgia Cervico-Facciale si contano le cosiddette ‘oral appliances’, ovvero un byte notturno da mettere in bocca simile a quelli impiegati dai dentisti e utile ad aumentare lo spazio contenuto all’interno della bocca e di conseguenza aprire il palato, mantenendo aperte le vie aeree - continua De Vito - Un’altra opzione è quella di un neurostimolatore che, inserito chirurgicamente nella zona del mento, ha la funzione di stimolare mentre si dorme, grazie alla prossimità al nervo ipoglosso, i muscoli della lingua e facilitare la respirazione notturna. Si tratta di un’applicazione medica ancora non ancora diffusa in Italia ma utilizzata su larga scala negli Stati Uniti e in alcuni Paesi europei”.

In entrambi i casi l’efficacia della terapia dipende, in parte, dalla stabile riduzione del peso corporeo. Ad oggi però anche la chirurgia ricostruttiva del faringe (faringoplastica) rappresenta, in casi selezionati, una valida terapia per le apnee nel sonno.

Perché è importante affrontare le apnee notturne dal punto di vista sanitario e comunicativo

“Le apnee notturne interessano almeno 1 miliardo di persone al mondo, ma è molto probabile siano di più, dato che la patologia è sottostimata e sottodiagnosticata - conclude il dott. Andrea De Vito - È una patologia insidiosa che crea gravi danni alla salute e alla sicurezza delle persone. Basti pensare che la stanchezza nei guidatori dovuta alle apnee causa una distrazione e un rischio equiparabile ad un tasso alcolemico doppio rispetto alla soglia consentita dalla legge. Esiste infatti una dimostrata correlazione tra le apnee respiratorie e il tasso alcolemico nel sangue, riconosciuto oggi come una delle principali cause di incidenti stradali. Uno studio ha dimostrato come l’aver tra i 15 e i 29 episodi di apnea all’ora equivalga ad avere un tasso alcolemico sopra allo 0.14, dunque molto elevato. L’invecchiamento della popolazione e la crescita nell’incidenza di obesità e sovrappeso aumentano il rischio di apnee notturne che, a loro volta, aumentano il rischio di patologie croniche e invalidanti che pesano su servizi sociosanitari già in affanno. Per questo prevenzione e trattamento tempestivo rappresentano la migliore opzione sia per la salute delle persone che per la sostenibilità della sanità”.