



# Chrapanie

dr n.med. Magdalena Łapienis  
specjalista laryngolog, Przychodnia „Artmed”  
Łódź, ul.Kusocińskiego 61, tel 42 258 55 58  
[www.artmedretkinia.pl](http://www.artmedretkinia.pl)

**Często pacjenci pytają nas - czy w ogóle warto interesować się chrapaniem; tym że chrapię ja, moja małżonka, mój małżonek, moje dziecko?** Podzielię się z Państwem swoją wiedzą i doświadczeniem na temat zaburzeń oddychania podczas snu - chrapania i bezdechów sennych u dzieci i dorosłych. Chrapanie - to nie tylko dźwięki, jakie powstają w wyniku vibracji tkanek na skutek przechodzenia powietrza przez zwężone drogi oddechowe (nos, gardło), ale objaw poważnej choroby, która ma wpływ na cały organizm. Bezdechy senne, tzw. przerwy w oddychaniu, to stan, kiedy organizm nie oddycha. Dramatycznie spada wówczas ilość tlenu we krwi. Nagły, głośny oddech na koniec bezdechu to wynik ratowania się organizmu przed uduszeniem się. Chrapie ten człowiek, który ma zwężone drogi oddechowe spowodowane przeszkodą w nosie lub gardle. Sen z głośnym wysiłkowym oddychaniem i stresującymi dla organizmu przerwami w oddychaniu, nie daje wypoczynku. Jeśli dzieje się tak kilka miesięcy, a nawet lat chory jest coraz bardziej wyczerpany, niewyspany, zestresowany. Człowiek budzi się z bólem głowy, nieprzygotowany, aby sprostać zadaniom jakie go czekają w ciągu dnia. Z powodu stałego zmęczenia i senności, wykorzystuje każdą chwilę w

dzień, aby wypocząć -usnąć, a nawet zasypia podczas wykonywania codziennych czynności. Może być to groźne dla życia "chrapiącego" lub osób towarzyszących, jeśli np.: osoba obsługuje niebezpieczne maszyny, bądź prowadzi samochód. Człowiek ma trudności w zapamiętywaniu i koncentracji, jest drażliwy, skłonny do depresji, ma stany lękowe, obniżoną potencję i libido. Pojawiają się u niego choroby serca (zaburzenia akcji serca, nadciśnienie, choroba niedokrwienna), a także zaburzenia krążenia mózgowego, mogące zwiększyć ryzyko wystąpienia udaru.

## **Dlatego tak ważne jest zdiagnozowanie przyczyny chrapania przez laryngologa.**

W dokładnym badaniu nosa, gardła i krtani, możemy rozpoznać przyczynę utrudnionego przepływu powietrza. Często zdarza się, że sami pacjenci nie odczuwają tej przeszkody, która w nocy jest przyczyną chrapania i bezdechów sennych. Wczesne zdiagnozowanie problemu i rozwiązanie go, zapobiega rozwojowi powikłań groźnych dla zdrowia i życia pacjenta-zarówno dorosłego jak i dziecka.

**Dlatego też, zapraszam na konsultacje laryngologiczne wszystkich, którzy chrapią lub mają bezdechy senne (dzieci i dorosłych).**