

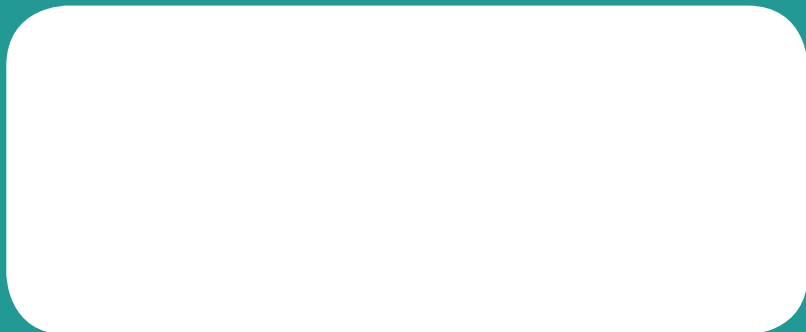


Fondazione ANDI Onlus nasce per volontà dell'Associazione Nazionale Dentisti Italiani, l'associazione odontoiatrica più rappresentativa in Italia e in Europa, con l'obiettivo di accrescere la salute orale e generale di tutti.

Da oltre dieci anni opera su più fronti, fornendo assistenza medico-odontoiatrica in Italia e nei Paesi in via di sviluppo, ma anche promuovendo attivamente la ricerca scientifica e diffondendo la cultura della prevenzione, attraverso una capillare attività di informazione e divulgazione, presso tutti i settori della società civile.

www.fondazioneandi.org

***Prenota la tua visita oggi stesso:
non è mai troppo presto per cominciare a stare bene!***



ALLARME
APNEE NOTTURNE
FONDAZIONE ANDI ONLUS Associazione Nazionale Dentisti Italiani

**Russi?
Ti svegli
stanco?**



**Potresti
soffrire
di apnee notturne.
Parlane con
il tuo dentista.**

FONDAZIONE ANDI ONLUS
Associazione Nazionale Dentisti Italiani
Dentisti a tutto campo

?

Cosa sono le apnee notturne



Le apnee notturne sono uno dei disturbi respiratori del sonno più frequenti, anche se **i sintomi sono apparentemente innocui, come il russare abituale** ed episodi di apnea **che disturbano la giusta regolarità del sonno**, si tratta di una **vera patologia**. La maggior parte delle persone tende a non accorgersi o a sottovalutare questi segnali, convivendo con **le spiacevoli conseguenze di un sonno agitato, come le cefalee mattutine, la sonnolenza diurna e il progressivo ridursi della capacità di concentrarsi durante il giorno**, che può causare anche incidenti sul luogo di lavoro.

Trascurarli influenza negativamente la salute e la qualità della vita: se nei giovani questo può portare a deficit di memoria e cambiamenti repentini dell'umore, come picchi di ansia e irritabilità, **negli adulti e negli anziani** (le categorie più esposte), **si accentuano progressivamente** i fattori di rischio che possono causare serie ripercussioni per la salute generale come cardiopatie, ipertensione, infarti, diabete e impotenza. Come ulteriore conferma della serietà di questa patologia, al momento del rilascio o rinnovo della patente di guida, i soggetti con sospetta OSA saranno oggetto di approfondimenti appositi.

E ricorda: non sono solo una cosa da grandi

Le apnee notturne riguardano anche i più piccoli e quindi è necessario fare attenzione anche al loro riposo. **Il calo di attenzione e l'iperattività** che seguono un sonno disturbato, **influenzano il rendimento scolastico e portano agitazione nel bambino** in una fase delicata della crescita in cui essere sereni è fondamentale.



Perché il tuo dentista può aiutarti?

Le apnee notturne, patologia conosciuta dai professionisti come **OSA (Obstructive Sleep Apnea)**, sono causate da ostruzioni delle vie aeree, a volte associate a malformazioni della mascella o presenza di tessuto molle eccedente a livello del palato e sovrabbondanza di adipe intorno al collo o sotto al mento. Per questo **il tuo dentista** è il medico giusto a difesa del sonno e della salute: **uno specialista preparato a riconoscere i segni e i sintomi delle OSA** che può guidarti nella scelta del trattamento di questa patologia. **Una visita di controllo** dal tuo dentista di fiducia è il primo passo per ricominciare a **dormire bene e vivere meglio!**

Questo questionario serve a valutare in modo semplice e veloce il rischio che corri di soffrire di apnee notturne. Compilalo e consegnalo al tuo dentista.

- Russi forte? (abbastanza forte da sentirti attraverso una porta chiusa?) SI NO
- Ti senti spesso stanco, affaticato o assonnato durante il giorno? SI NO
- Qualcuno ha notato arresti del tuo respiro di notte? SI NO
- Hai la pressione alta, oppure sei in cura per la pressione alta? SI NO
- La tua età è superiore a 50 anni? SI NO
- La tua circonferenza del collo (numero del colletto) è superiore a 40 cm? SI NO
- Sei maschio? SI NO

