

Exzessive Tagesschläfrigkeit als Folge von Obstruktiver Schlafapnoe (OSA)

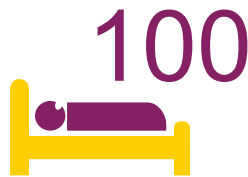
Exzessive Tagesschläfrigkeit (EDS) ist ein Symptom, das zusammen mit Obstruktiver Schlafapnoe (OSA) auftreten kann. Betroffene fühlen tagsüber eine überwältigende Müdigkeit, was sich negativ auf ihre Beziehungen, die Arbeitsleistung und ihren Alltag auswirkt.^{1,2,3}

Über OSA

Bei Patienten mit OSA kollabiert die Rachenmuskulatur während des Schlafes, wodurch die **Atemwege** teilweise **verengt** oder **gänzlich blockiert** werden. Dies **stoppt** die **Atmung** und **unterbricht** den **Schlaf**.^{2,4}

16
Millionen

Europäer könnten in unterschiedlichem Ausmaße von OSA betroffen sein.⁵



100
Mal pro Nacht hört ein Patient mit OSA durchschnittlich auf zu atmen.^{4,6}



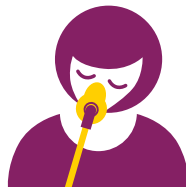
10-30
Sekunden
können diese Atemaussetzer andauern.^{6,7}

EDS ist ein stark beeinträchtigender Zustand, der in Zusammenhang mit OSA auftreten kann

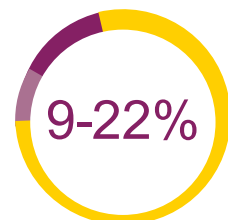
Menschen mit EDS fällt es schwer, tagsüber wach und aufmerksam zu bleiben. Dies führt zu ungeplanten **Schlaf-** und **Schläfrigkeitsphasen** am Tag.^{2,8,9}



EDS ist mehr als nur die gelegentliche Müdigkeit, die viele Menschen empfinden, wenn sie zu lange aufbleiben oder nach einer gestörten Nachtruhe.



Die Standardtherapie einer OSA ist die kontinuierliche positive Atemwegsdruck-Therapie (Continuous Positive Airway Pressure, CPAP).



9-22%
der Patienten leiden trotz adäquater CPAP-Therapie weiterhin unter EDS.¹⁰

EDS, OSA und das Gehirn

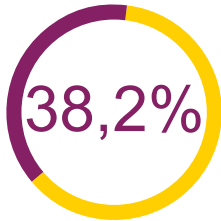


Tierstudien zeigen, dass Schlaf- und Atemstörungen bei OSA mit **irreversiblen Veränderungen** der Gehirnregionen einhergehen, die die **Wachheit** und **neuronalen Vernetzung** beeinflussen.¹¹⁻¹³

Diese strukturellen Veränderungen **können dauerhaft** sein und trotz adäquater CPAP-Therapie^{12,13} EDS verursachen und die Besserung des Patienten behindern.

Auswirkungen von EDS

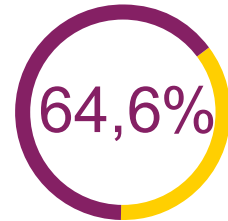
Die EDS wirkt sich negativ aus auf die **Stimmungslage, Gedächtnisleistung, Konzentrationsfähigkeit, zwischenmenschlichen Beziehungen** und führt zu einer **Verringerung der allgemeinen Lebensqualität**.^{1,2} Forschungsergebnisse zeigen, dass Menschen mit **mittelschwerer bis schwerer OSA und EDS** unter folgenden Symptomen litten:¹⁴



gaben an, beim Autofahren unbeabsichtigt eingeschlafen zu sein.



gaben an, beim Entspannen eingeschlafen zu sein.



berichteten von ungewollten Schlafattacken während des Tages.

EDS stellt ein Risiko für die Gesellschaft und das Gesundheitssystem dar und führt zum Beispiel zu:^{3,15,16}



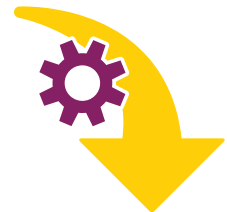
Verkehrsunfällen



Unfällen und Fehlern am Arbeitsplatz



Gesteigerter Inanspruchnahme der Gesundheitsversorgung



Reduzierter Produktivität

Diagnose und Behandlung von EDS bei OSA

EDS ist weit verbreitet, mit einer hohen Dunkelziffer.¹ Menschen mit EDS akzeptieren die Schläfrigkeit möglicherweise als „neue Normalität“ und bestreiten sie oder beschreiben ihre Symptome ungenau.^{1,2}

Quellen

- Guilleminault C, Brooks SN. Excessive daytime sleepiness: a challenge for the practising neurologist. Brain. 2001;124(Pt 8):1482-1491.
- American Academy of Sleep Medicine. Central disorders of hypersomnolence. In: The International Classification of Sleep Disorders - Third Edition (ICSD-3) Online Version. Darien, IL: American Academy of Sleep Medicine; 2014.
- Waldman LT et al. Impacts of Excessive Sleepiness Associated With Obstructive Sleep Apnea on Work Productivity. Poster präsentiert auf: SLEEP 2018. The 32nd Annual Meeting of the Associated Professional Sleep Societies (APSS); 2018 Juni 2-6; Baltimore, MD. Figure 1. Demographic and Health Characteristics.
- Healthy Sleep. Harvard University. "An Overview of Sleep Disorders." <http://healthysleep.med.harvard.edu/healthy/getting/treatment/an-overview-of-sleep-disorders> Letzter Zugriff im Februar 2020.
- Young et al. Epidemiology of Obstructive Sleep Apnea A Population Health Perspective. American Journal of Respiratory and Critical Care Medicine 2002;165(9):1217-1239
- British Lung Foundation. (2016), Obstructive Sleep Apnoea, <https://www.blf.org.uk/support-for-you/obstructive-sleep-apnoea-osa/what-is-it> Letzter Zugriff im Februar 2020.
- American Academy of Sleep Medicine. The International Classification of Sleep Disorders - Third Edition (ICSD-3) Online Version
- Ahmed I, Thorpy, M. Sleepiness: Causes, Consequences and Treatment, ed. Cambridge University Press. 2011:36-49.
- National Institute of Neurological Disorders and Stroke. Narcolepsy Fact Sheet. Abrufbar unter: https://www.ninds.nih.gov/disorders/patient-caregiver-education/fact-sheets/narcolepsy-fact-sheet#3201_3 Letzter Zugriff im Februar 2020.
- Gasa M et al. Residual sleepiness in sleep apnea patients treated by continuous positive airway pressure. J Sleep Res. (2013) 22, 389-397.
- Zhu Y et al. Selective Loss of Catecholaminergic Wake-Active Neurons in a Murine Sleep Apnea Model. The Journal of Neuroscience, September 12, 2007 • 27(37):10060-10071.
- Zhu Y, Fenik P, Zhan G, Xin R, Veasey SC. Degeneration in arousal neurons in chronic sleep disruption modeling sleep apnea. Front Neurol. 2015;6:109.
- Xiong Y, Zhou XJ, Nisi RA, et al. Brain white matter changes in CPAP-treated obstructive sleep apnea patients with residual sleepiness. J Magn Reson Imaging. 2017;45(5):1371-1378.
- Ye et al. The different clinical faces of obstructive sleep apnoea: a cluster analysis Eur Respir J 2014; 44: 1600-1607.
- M.H. Smolensky et al. Sleep disorders, medical conditions, and road accident risk. Accident Analysis and Prevention 43 (2011) 533-548.
- Jennun P, Kjellberg J. The socio-economical burden of hypersomnia. Acta Neurol Scand: 2010. 121: 265-270.