

وقفه خواب تنفسی در کودکان



جام جم آنلاین: انسداد تنفسی به هنگام خواب، در بزرگسالان شایع است و ممکن است منجر به افزایش فشار خون، حملات قلبی، سکته و حتی مرگ زودهنگام شود.

این اختلال ممکن است عوارض دیگری نیز داشته باشد که می‌توان از خواب‌آلودگی روزانه، عدم کارایی لازم در انجام وظایف روزانه و افزایش احتمال تصادفات رانندگی نام برد. اختلالات تنفسی خواب در کودکان (از نوزادی تا بلوغ) نیز ممکن است دیده شود، اما علل، پیامدها و درمان آن با انسداد تنفسی بزرگسالان ممکن است متفاوت باشد.

خواب انسدادی در اطفال

خرخر شبانه، علامت اصلی انسداد تنفسی در کودکان است. این خرخر هر شب و صرف‌نظر از این‌که سر کودک چگونه باشد، وجود دارد. هرچند وقت یک بار کودک برای لحظاتی نفس نمی‌کشد و خرخر او قطع می‌شود، اما بعد از چند لحظه با یک دم عمیق صدادر مجدداً تنفس و خرخر او از سر گرفته می‌شود. خرخر در 10 درصد کودکان گزارش شده است و 10 درصد از این افراد (یعنی حدود یک درصد کل کودکان) به وقفه تنفسی به هنگام خواب مبتلا هستند. وقتی که یک فرد، جوان یا پیر، به هنگام خواب دچار وقفه تنفسی می‌شود، بدن وی حالت «خفگی» را تجربه می‌کند. ضربان قلب کم می‌شود، سیستم خودکار عصبی تحریک می‌شود، فشارخون بالا می‌رود، مغز هوشیار می‌شود و نهایتاً فرد از خواب بیدار می‌شود. در بعضی موارد سیستم عروقی کودک می‌تواند تغییرات فشار خون و ضربان قلب را تحمل کند، اما مغز کودک نمی‌تواند قطع مکرر خواب را تحمل کند و در نتیجه بچه خوب وزن نمی‌گیرد و خوب رشد نمی‌کند.

نتایج درمان نکردن وقفه تنفسی

- خرخر؛ اگر کودک اتاق مستقلی نداشته باشد طبیعی است که خرخر وی مانع خوابیدن بقیه افراد خانواده هم خواهد بود.
- محرومیت از خواب؛ وقتی خواب شبانه کودک، خوب و کافی نباشد باعث خواب‌آلودگی روزانه می‌شود. این کودک انرژی لازم را برای فعالیت‌های فیزیکی دوران کودکی ندارد.
- وضعیت ادراری غیرطبیعی؛ وقفه تنفسی به هنگام خواب باعث افزایش ادرار شبانه می‌شود و این امر می‌تواند منجر به شب ادراری کودک گردد.
- رشد؛ به طور طبیعی هورمون رشد در شب ترشح می‌شود. در مبتلایان به وقفه تنفسی، ممکن است ترشح هورمون به دفعات قطع شود و منجر به رشد و تکامل آهسته‌تری شود.
- اختلال عدم تمرکز یا بیش‌فعالی؛ تحقیقات نشان می‌دهد که وقفه تنفسی به هنگام خواب یک فاکتور دخیل در اختلال عدم تمرکز یا بیش‌فعالی است.

تشخیص اختلال تنفسی به هنگام خواب

تشخیص این اختلال اول از همه توسط والدین و با مشاهده خرخر کودک صورت می‌گیرد، اما وقتی بیمار نزد پزشک برده می‌شود، پزشک با واکاوی خود می‌تواند بعضی از عوارض اجتماعی مثل علائم محرومیت از خواب، افت تحصیلی، شب ادراری و... را در کودک بیابد. کودکی که خرخر می‌کند باید توسط متخصص گوش و حلق و بینی ویزیت شود. اگر علائم زیاد باشد و لوزه‌ها بزرگ باشند، متخصص توصیه خواهد کرد که لوزه‌های کامی و لوزه سوم برداشته شوند. برعکس، اگر علائم خفیف است و وضعیت تحصیلی کودک خوب است و لوزه‌ها کوچک هستند نیازی به جراحی نخواهد بود و بیمار تحت درمان دارویی قرار خواهد گرفت.

دکتر محمدحسن عامری
متخصص گوش حلق و بینی