



خروپف، ضعف حافظه می‌آورد

به گفته یک متخصص گوش، حلق و بینی، کسانی که در خواب خروپف می‌کنند، به علت کاهش اکسیژن‌رسانی به مغز، دچار ضعف حافظه می‌شوند.

جام جم آنلاین: به گفته یک متخصص گوش، حلق و بینی، کسانی که در خواب خروپف می‌کنند، به علت کاهش اکسیژن‌رسانی به مغز، دچار ضعف حافظه می‌شوند.

دکتر ابراهیم آذری زنجانی در گفت‌وگو با ایسنا افزود: هنگام خروپف‌های شدید، فرد دچار تنگی نفس می‌شود که در نتیجه آن اکسیژن کاهش یافته و دی‌اکسیدکربن خون افزایش می‌یابد و باعث ایجاد مشکل در مغز و ضعف حافظه می‌شود.

وی اظهار کرد: برخلاف تصور بسیاری، نوع بالش و شکل آن در ایجاد خروپف نقش چندانی ندارد. هر نوع مشکلی که در بینی به وجود بیاید باعث ایجاد خروپف می‌شود که از بین آنها می‌توان به انحراف و پلیپ بینی، شکستگی‌های داخل بینی به گونه‌ای که کاملاً کج‌شده باشد و تومورهای داخل بینی اشاره کرد.

وی ادامه داد: همچنین کسانی که گردن‌های کوتاه دارند و چاق هستند نیز دچار خروپف می‌شوند که با کاهش وزن خود تا حد زیادی بهبود می‌یابند. با افزایش سن که در اثر آن عضلات حلق و زبان کوچک و شل می‌شوند نیز خروپف‌ها شدت می‌گیرد و حتی ممکن است کسی در جوانی مشکلی نداشته باشد، اما در پیری به آن دچار شود.

وی در خصوص نحوه درمان خروپف گفت: درمان خروپف باید بر اساس علت آن صورت بگیرد، مثلاً کسی که دچار انحراف و پلیپ بینی باشد باید آن را جراحی کند و اگر دارای گردن کوتاه و چاق بود با کاهش وزن خود از چربی‌های دور گردن که در ایجاد خروپف موثر است، بکاهد.