

I disturbi del sonno e il rischio incidenti stradali

La normativa europea e la corretta informazione

MEDE - La Sindrome delle Apnee Ostruttive nel Sonno, di solito identificata con l'acronimo OSAS dal termine inglese Obstructive Sleep Apnea Syndrome, è un disturbo respiratorio che si manifesta esclusivamente durante il sonno caratterizzato da russamento abituale associato a ripetute apnee e/o ipopnee ostruttive, ossia pause respiratorie di durata superiore a 10 secondi, causate da una ostruzione parziale o completa delle alte vie aeree. Questa alterata dinamica del respiro determina uno sforzo respiratorio notturno con conseguenti ripercussioni sul cuore, sul circolo, sulla ventilazione con possibile compromissione della ossigenazione notturna, ed una frammentazione del sonno.

Gli studi condotti negli ultimi venti anni dimostrano una importante relazione fra disturbi del sonno, eccessiva sonnolenza diurna ed incidenti stradali. La maggior parte degli incidenti stradali, professionali e non, dovuti a sonnolenza coinvolge persone affette da questa sindrome. Fra i disturbi del sonno, l'OSAS presenta infatti un'alta prevalenza nella popolazione generale che oscilla dal 2% al 10% nei maschi oltre i 45 anni, tale percentuale in popolazioni selezionate (ad esempio negli autotrasportatori) sale oltre il 26%. La stretta correlazione fra la presenza di questa patologia, l'eccessiva sonnolenza e il maggior rischio d'incidenti stradali è stato dimostrato dai dati della letteratura.

I primi dati sono comparsi alla fine degli anni '80 con uno studio condotto su un gruppo ristretto di autisti non professionisti che soffrivano di apnee, confrontato con un gruppo di autisti sani: si evidenziò un maggior rischio d'inci-

identi stradali fra gli autisti con OSAS rispetto al gruppo di controllo sano.

In uno studio condotto su un campione di autisti con OSAS che avevano ricevuto cure al pronto soccorso dopo un incidente in autostrada, confrontati in base all'età ed al sesso con un campione di pazienti senza OSAS selezionati a caso in centri di prima assistenza, si evidenziò che i pazienti con un AHI pari a 10 o oltre, messi a confronto con quelli senza OSAS, avevano una possibilità sei volte superiore di avere un incidente stradale. L'attesa Direttiva dell'Unione Europea del 1 luglio 2014 che finalmente fa proprie le sollecitazioni della comunità scientifica in materia di sicurezza stradale e di prevenzione dei rischi conseguenti a patologie del conducente ormai clinicamente ben conosciute ma ancora non recepite a livello comunitario. Il riferimento è all'OSAS o sindrome delle apnee ostruttive da sonno, patologia che comporta rischi per la circolazione stradale quando non viene adeguatamente curata, essendo appunto causa di sonnolenza alla guida e potendo quindi costituire un problema di salute pubblica. Più precisamente questa Direttiva modifica la precedente Direttiva 2006/126/CE sostituendone alcune parti e precisando cosa si intende per OSAS e così stabilisce: una sindrome da apnea ostruttiva notturna moderata corrisponde a una serie di apnee e ipopnee (indice di apnea-ipopnea) comprese tra 15 e 29 l'ora, mentre una sindrome da apnea ostruttiva notturna grave corrisponde a un indice di apnea-ipopnea pari o superiore a 30, e sono entrambe associate a un'eccessiva sonnolenza notturna. Il richiedente

o il conducente in cui si sospetti una sindrome da apnea ostruttiva notturna moderata o grave deve essere sottoposto a un consulto medico approfondito prima dell'emissione o del rinnovo della patente di guida. A tali soggetti si può consigliare di non guidare fino alla conferma della diagnosi.

Alla luce della nuova normativa europea sulla sicurezza stradale e al fine di fornire al pubblico un'informazione totale, precisa, accurata, Rotary Mede Aureum, presieduto da Paolo Luise, organizza un evento aperto alla cittadinanza dal titolo "Respira facilmente, dormi bene" che si terrà a Mede presso il Castello Sangiuliani martedì 12 maggio alle ore 20. Anfitrioni della serata oltre al Presidente Luise, Roberto Forini, medico di famiglia di Mede, particolarmente sensibile da tempo alla tematica OSAS.

Interverranno come relatori Francesco Fanfulla, responsabile del Centro di Medicina del Sonno della Fondazione Salvatore Maugeri di Pavia, Enrico Brunello, presidente dell'Associazione Italiana Pazienti con Apnee del Sonno A.I.P.A.S.-ONLUS, e Marzia Segù, presidente della Società Italiana Medicina del Sonno Odontoiatrica SIMSO.

A.I.P.A.S.-ONLUS fa parte di più tavoli di lavoro, nata dall'esigenza primaria di portare alla conoscenza della cittadinanza tutta, la consapevolezza che grazie ad oltre 40 anni di studi da parte della Medicina del Sonno, sia il russare che l'andare in apnea mentre si dorme, rappresenta un grave rischio per la salute di chi ne è colpito, così come rappresenta un rischio serio nel tempo anche per la vita di chi gli gravita intorno e per la comunità tutta.