

100. MIKSI UNIAPNEA ON ALIDIAGNOSOITU?

Uniapneasta oli monipuolinen kirjoitus (HS Terveys 1.9.), jonka tarjoama tieto on hätkähdyttävä. Artikkelin mukaan 10-15 prosenttia maamme aikuisväestöstä, toisin sanoen noin 500 000 ihmistä kärsii jonkinasteisesta uniapneasta. Kuitenkin vain noin kymmenen prosenttia heistä tietää vaivastaan.

Uniapnea tarkoittaa nukkuessa tapahtuvia, kymmeniä, tahattomia hengityskatkoja, jotka saattavat kestää jopa kaksi minuuttia. Tämä yöllinen vieras varastaa joka yö nukkujan elinvoimaa, ja hän herää aamulla väsyneenä ja tarmottomana ymmärtämättä uupumuksensa syytä. Haastateltu erikoislääkäri kertoi, että uniapnea on alidiagnosoitu, vaikka sen tunnistaminen ja hoito ovat yksinkertaiset.

Suomalaiset ovat sairas kansa. Kansantautiemme lista on pitkä: sydän- ja verisuonisairaudet, masennus ja muut mielenterveysongelmat, lisääntyvä tyypin 2 diabetes, syöpätaudit, muistisairaudet, astma ja allergia jne. Kyseisen lääkärin mukaan seuraukset uniapneasta ovat vakavimmat kakkostyypin diabeteksestä kärsiville; arviolta kolmella diabeetikolla neljästä on uniapnea, mutta vain harva on tietoinen siitä.

Lähes kaikkiin näistä sairauksista on osasyyllisenä aivojen ja koko elimistön kroonisen hapenpuutteen synnyttävä uniapnea. Toisaalta vuorovaikutus on myös päinvastainen: yli puolet aikuisväestöstä on ylipainoista, ja sen seurauksena kehittyy uniapnea, joka viimeistään nyt tulisi nimetä kansantaudiksi. Sen vaikutukset ulottuvat kaikkialle yhteiskuntaan.

Erityisen haitallinen, jopa tuhoisa uniapnea voi olla niissä ammateissa, joissa vaaditaan keskeytymätöntä tarkkaavaisuutta, esimerkiksi joukkoliikenteen kuljettajilta. Tavallisessakin työssä teho hiipuu ja luovuus kuihtuu. Ja miltä tuntuu perheen lapsista, minkälaisen uniapnean ja masentavan muiston se jättää lapsuudenkodista, kun mitään ei voitu tehdä yhdessä, kun äiti tai isä ei koskaan jaksanut.

Tämän silmät avaavan tiedon johdosta kysyn huolissani THL:ltä: miksi uniapnea on yhä alidiagnosoitu, vaikka sen helppo tunnistaminen ja hoitaminen parantaisivat ratkaisevasti näin suuren ihmismäärän terveyttä ja elämänlaatua?

Ulla Grünstein
Helsinki