

15 mars 2018

Sömnapné: fakta från undersökningen

Konsekvenser av sömnapné

Konsekvenser för svenska patienter med sömnapné innan de fick behandling:

- Aldrig utvilad när de vaknar (69 %)
- Våldigt trött (67 %)
- Ofta väldigt trött på jobbet (58 %)
- Blev lätt irriterad och på dåligt humör (28 %)
- Svårt för att koncentrera sig och komma ihåg (26 %)
- Orolig över att köra bil trött (22 %)
- Deprimerad (17 %)

Konsekvenser för svenska partners till patienter med sömnapné innan de fick behandling:

- Tuffa nätter: Det gick också ut över deras nattsömn (59 %)
- Oroliga för sin partner (52 %)
- Fick sova i ett annat rum (30 %)
- Blev irriterade (24 %)
- Orolig när partnern körde bil trött (18 %)
- Samlivet / förhållandet blev påverkat (18 %)
- Ofta själv trött på jobbet (15 %)

82 % med en partner som inte har fått diagnosen men som har tecken på det, blir oroliga när partnern har andningsuppehåll under natten.

Pratar inte med läkaren

35 % svenska respondenter med sömnapné väntade minst 5 år innan de pratade med läkaren om symptomen.

69 % önskar att de hade gått till en läkare tidigare och 50 % av deras partners önskar att de hade peppat deras partner mer för att få honom/henne att gå till en läkare med symptomen.

Lättad över att få diagnosen

66 % med sömnapné blev lättade över att få klarhet när de fick diagnosen.

80 % får behandling mot deras sömnapné. Av dessa sover 89 % (motsvarande 71 % av alla respondenter med sömnapné) med en mask och maskin som ger luft när de sover, även kallad CPAP-behandling.



PHILIPS

Behandlingen har hjälpt många svenskar med sömnapné:

- Inte lika trött (74 %)
- Får god nattsömn (61 %)
- Har mer ork/energi (49 %)
- Har bättre koncentration (39 %)
- Som att få ett 'nytt liv' (33 %)

11 % av partnerna känner att de har fått ett nytt liv tillsammans med deras partner efter att denne har fått behandling.

Tecken på sömnapné

I gruppen av respondenter som har sömnbesvär men inte fått diagnosen sömnapné, upplever 45 % minst två av följande besvär och har därmed tecken på sömnapné enligt Philips test:

- Snarkar ofta eller nästan alltid (89 %)
- Somnar, slumrar till eller blundar under dagen när de är hemma (66 %)
- Har ofta svårt för att koncentrera sig och komma ihåg saker, eller blir lätt irriterad, på dåligt humör eller ouppmärksam (43 %)
- Har andningsuppehåll när de sover (28 %)
- Vaknar ibland och kippar efter andan eller kan inte få luft (16 %)
- Somnar, slumrar till eller blundar ibland under arbetstiden (16 %)

Källa: Undersökning bland 5 398 respondenter i Sverige och Danmark som antingen har sömnapné, sömnbesvär eller har en partner med detta – däribland 2 762 svenskar (846 med diagnosen sömnapné, 1 198 med sömnbesvär och 1 355 med en partner med sömnapné eller sömnbesvär). Undersökningen genomfördes på internet och är utarbetad av Kompas Kommunikation på vägnar av Philips under perioden december 2017 - januari 2018 i samarbete med svenska och danska patientföreningar och ledande läkare på området. Varken talespersoner eller experter har blivit honorerade för deras deltagande i denna artikel.