



המכון לרפואת שינה

מנהל המכון : פרופ' דגן ירון

טלפון: 03-7644444

פקס: 03-7643210

תאריך: 10/01/2023

מידע רפואי אישי - מסמך זה מכיל מידע מוגן על לפי חוק הגנת הפרטיות. כל המוסר שלא כדין עובר עבירה.

לכבוד הרופא המטפל

הנדון: בדיקת שינה

שם פרטי: יאיר	שם משפחה: בנימיני	ת"ז: 56604978
מין: זכר	תאריך לידה: 11/10/1960	גיל: 62
רחוב: ביאליק בית: 9 עיר:נס ציונה	טלפון: 050-6888628	טלפון נייד: 050-6888628
גורם מממן: קופ"ח מכבי	שם האב: נסים	

אבחנות בביקור

אבחנה	קוד	צד	תאריך	עיקרי	S/P	M/P	Rec
OSA, Obstructive Sleep Apnea	327.2302			✓			
Sleep related bruxism	327.5301						

תלונה עיקרית

הופנה על ידי רופא א"ג בבירור נחירות, התפתח בשבועיים האחרונים במיוחד טינטון באוזן אינו מצליח להירדם, מספר כי הטינטון גורם לו חרדה. לוקח בונדורמין ללא מרשם על מנת להירדם. מספר כי חורק שיניים, יקבל חיבור לסת. נוחר, ללא הפסקות נשימה. בשבועיים האחרונים גם מספר פעמים לא יודע לכמת, בגלל הטינטון. לפני כן, לעיתים רחוקות מתעורר מוקדם אבל לא באמצע הלילה. בבוקר בקביעות יש תחושת עייפות, בקביעות יובש בפה, במיוחד בשבועיים האחרונים. לא נוטה להירדם במצבים פאסיביים. שעות שינה: 24:00-07:00

אבחנות רקע

אבחנה	קוד	צד	תאריך	S/P	M/P	Rec
Tinnitus	388.3001					

גובה: 165 משקל: 71

BMI : 26.08

ציון מדד עייפות וישנוניות יומית: 8 (טווח נתונים: תקין: 0-10 , עייפות וישנוניות יומית קלה-מתונה: 11-15 , עייפות וישנוניות יומית משמעותית 16 ומעלה)

לא ידוע שימוש בתרופות קבועות

תוצאות

נערכה בדיקת שינה בליל 08/01/2023. ערוצי בדיקה כללו: נשימת אף, נשימת חזה ובטן, דופק, רמת ריווי החמצן בדם, נחירות ותנוחת שינה.

משך הבדיקה: 5 שעות 31 דקות. אובחנו 25 הפסקות נשימה מלאות. ו- 48 הפסקות נשימה חלקיות. צפיפות הפסקות נשימה 13 אירועים לשעה. בליל הבדיקה נרשמה שינה על הגב במשך 69% מזמן השינה, בתנוחה זו צפיפות הפסקות הנשימה היתה 19 בשעה, כאשר בתנוחות אחרות נרשמו 0 הפסקות נשימה בשעה לכל היותר. נרשמו 82 ירידות ברמת ריווי החמצן בדם מרמה בסיסית של 94% עד למינימום של 90%. ריווי החמצן היה מתחת ל- 90% במשך 0% מזמן השינה. במשך 7% מהלילה נשמעה נחירה. הבדיקה בוצעה בתוספת חבורי EMG לסנטר. נצפו 9 אירועים של חריקות שיניים בשינה במהלך הבדיקה.

סיכום

בדיקת השינה הדגימה הפסקות נשימה חסימתיות בשינה בדרגה קלה. מומלץ טיפול על ידי מכשיר CPAP. נצפו אירועים של חריקות שיניים בשינה. מומלץ בדיקה והערכה של רופא שיניים להערכת צורך בחסם שיניים בשינה

המלצות
ניסיון טיפולי ב- CPAP כאן.

סטטוס קורונה
סטטוס קורונה: לא בוצע

בברכה,
דר' כאהן קלמנט
מ"ר 14701

מידע לנבדק בבדיקת שינה - טיפול בCPAP

המידע בעלון הוא כללי ואינו בא להחליף המלצות רפואיות הניתנות על ידי הצוות המטפל והרופא המפנה.

מהי תסמונת הפסקות נשימה בשינה ? מדובר בהפרעה חסימתית של דרכי הנשימה העליונות המוגדרת כמעל 5 אירועים של הפסקות נשימה בכל שעת שינה. תסמונת זו מאופיינת בנחירות, יובש בפה, עייפות יתר יומית ונטייה להירדמות במצבים פאסיביים. כמו כן ייתכנו יקיצות לילות ומתן שתן תכוף במהלך הלילה.

מדוע זה קורה ? במהלך השינה קיים ריפיון של קירות דרכי הנשימה הגורם לבסוסף להיצרות וחסימה של מעבר האוויר ולהפסקה נשימה זמנית קצרה, הדבר מסתיים ב"קיצה" קצרה לצורך חידוש הנשימה שלרוב אינה מורגשת על ידי הישן. הנחירה היא הרעש הנוצר כתוצאה ממעבר האוויר בדרכי הנשימה החסומות.

האם זה מסוכן ? לא באופן מיידי. אין ההפרעה גורמת לחנק מלא בזמן השינה. יחד עם זאת לסובלים הפרעה משמעותית יש קושי באיזון לחץ הדם ורמות הסוכר והיא מוסיפה לסיכון למחלות לב ולאירועים מוחיים. וכן לירידה בזיכרון, לאין אונות אצל גברים ולנטייה לתאונות.

מדוע אני צריך טיפול ? ההחלטה על הצורך ועל דרכי הטיפול תלויה בדרגת החומרה של ההפרעה ומאפיינים הקשורים בנבדק. (מחלות רקע ותסמינים מדווחים) דרגת החומרה נקבעת עפי מספר הפסקות הנשימה החלקיות/ מלאות לשעה. (AHI-apnea hypopnea index)

מהו הטיפול ? מכשיר CPAP (continuous positive airway) מכשיר קטן ליד המיטה המחובר עם לצינור גמיש למסיכה קלה על האף. המכשיר יוצר זרימה קבועה של אוויר ובכך מונע את הנחירות ואת הפסקות הנשימה. זהו הטיפול היעיל ביותר בהפרעה. התאמת המכשיר וההסתגלות נעשית על ידי צוות מכון השינה. הנבדק יזמן טלפונית לניסיון הסתגלות למכשיר. אם הטיפול נמצא יעיל והנבדק מעוניין בשימוש קבוע ניתן מרשם לרכישה דרך קופת החולים. כל קופות החולים משתתפות ברכישת המכשיר.

בברכה,
צוות מכון השינה של אסותא מרכזים רפואיים