

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Bezsenna i bezdech senny zwiększają ryzyko chorób serca i zgonu

Osoby cierpiące jednocześnie na bezsenna i obturacyjny bezdech senny są bardziej narażone na choroby układu sercowo-naczyniowego oraz zgon - informują naukowcy

z Flinders University w Australii. Ich wnioski opublikował „European Respiratory Journal”.

„Bezsenna i bezdech senny to dwa najczęściej występujące zaburzenia snu. Dotyczą one od 10 do 30 proc. populacji i często występują jednocześnie” – mówi autor analizy dr Bastien Lechat.

Aby lepiej zrozumieć ryzyka związane ze współwystępowaniem obu zaburzeń, badacze przeanalizowali dane dotyczące 5 236 Amerykanów, którzy w momencie rejestracji mieli około 60 lat (52 proc. stanowiły kobiety). 2221 osób miało obturacyjny bezdech senny, 170 cierpiało na bezsenną, a 137 osób miało oba te zaburzenia. 2708 osób nie miało żadnych zaburzeń snu (stanowiły one grupę kontrolną). Informacje na temat zdrowia uczestników gromadzone były przez 15 lat (w tym czasie 1210 osób zmarło).

Z danych wynikało, że osoby cierpiące jednocześnie na bezsenną i obturacyjny bezdech senny dwukrotnie częściej miały nadciśnienie tętnicze i o 70 proc. częściej występowały u nich choroby układu sercowo-naczyniowego w porównaniu z osobami, które nie miały zaburzeń snu.

Po wzięciu pod uwagę szeregu czynników zwiększających ryzyko zgonu naukowcy ustalili, że współwystępowanie bezsenny i bezdechu było związane z blisko o 50 proc. większym prawdopodobieństwem zgonu z różnych przyczyn.

„Biorąc pod uwagę zwiększone ryzyko poważnych konsekwencji dla zdrowia, istotne jest, aby osoby z jednym zaburzeniem snu były badane również pod kątem drugiego” – podkreślają autorzy.

Źródło: pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/31020.html>



23-12-2024

Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia

Najserdeczniejsze życzenia zdrowych, radosnych i pogodnych Świąt Bożego Narodzenia.



23-12-2024

Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!

Odbędą się one w dniach 11-13 czerwca w Expo XXI w Warszawie.



23-12-2024

Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn

Kobiety często nie czują typowych bólów co skutkuje gorszymi wynikami.



23-12-2024

Świąteczna apteczka

Szczypta umiaru i coś na zgage



23-12-2024

Radioaktywny pluton się nie ukryje

Naukowcy znajdują go nawet na lodowcach



23-12-2024

Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14

Wyłoniono autorów najlepszych prac licencjackich i inżynierskich.



23-12-2024

Polacy są umiarkowanie prospołeczni

Polacy chcą wspierać materialnie.



23-12-2024

Związek między traumą z dzieciństwa a zespołem jelita drażliwego

Pokazały badania polskich naukowców.

Informacje dnia: [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#) [Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#) [Świąteczna apteczka](#) [Radioaktywny pluton się nie ukryje](#) [Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#) [Zdrowych i Pogodnych](#)

[Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14 Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#)

Partnerzy