

Ελεύθερη Αναπνοή

Ενημερωθείτε για τη νέα θεραπεία της αποφρακτικής άπνοιας, που συνδυάζει και την αισθητική αποκατάσταση της περιοχής σε μία χειρουργική επέμβαση.

Αποφρακτική άπνοια είναι οι συ-νεχείς και επαναλαμβανόμενες διακοπές της αναπνοής λόγω απόφραξης των ανώτερων αναπνευστικών οδών κατά τη διάρκεια του ύπνου. Ως άπνοια χαρακτηρίζεται η διακοπή της αναπνοής για 10 ή περισσότερα δευτερόλεπτα. Η πιο καλοήθης ένδειξη αυξημένης αντίστασης των αναπνευστικών οδών είναι το ροχαλιτό, που σύμφωνα με δημοσιευμένες στατιστικές παρατηρείται σε ποσοστό 40% των ενηλίκων. Ο κατακερματισμός του φυσιολογικού, αναζωογονητικού ύπνου προκαλεί υπνηλία κατά τη διάρκεια της ημέρας, αίσθηση κόπωσης, διάσπαση της προσοχής και συχνά υπέρταση.

ΤΑ ΑΙΤΙΑ

Η αποφρακτική άπνοια προκαλείται από μείωση της βατότητας των ανώτερων αναπνευστικών οδών κατά τον ύπνο, με συνέπεια να δυσχεραίνεται η ροή του αέρα. Η απόφραξη μπορεί να οφείλεται σε σκολίωση ρινικού διαφράγματος ή και υπερτροφία των κάτω ρινικών κογχών, υποπλασία της άνω γνάθου, υπερτροφία των αμυγδαλών και των αδενοειδών (κρεατάκια), μικρογναθία, μικρογενεία, παχυσαρκία και εναπόθεση λίπους στην περιοχή του λαιμού.

Η ΘΕΡΑΠΕΙΑ

Στις ηπιότερες περιπτώσεις, κατά τις οποίες δεν υπάρχει εμφανής ανατομικός επιβαρυντικός παράγοντας, εκτός ίσως από ήπια μικρογναθία, η κατάσταση μπορεί να υπο-

Ευχαριστούμε για τις πληροφορίες τον **Κωνσταντίνο Αλεξάνδρου**, πλαστικό-κρανιοπροσωπικό χειρουργό με εκπαίδευση στην Ιαπωνία και στο New York University των ΗΠΑ στην αισθητική και κρανιοπροσωπική χειρουργική, διευθυντή του Ελληνικού Κρανιοπροσωπικού Κέντρου. www.kostasalexandrou.gr, www.craniofacial.org

βοηθηθεί με την κατασκευή ενός ειδικού νάρθηκα που χρησιμοποιείται στον ύπνο. Ο νάρθηκας αυτός προωθεί την κάτω γνάθο και τη γλώσσα, ελευθερώνοντας έτσι την αναπνοή. Σε πιο βαριές περιπτώσεις χρησιμοποιείται μια μάσκα που αυξάνει την πίεση του εισπνεόμενου αέρα (συσκευή CPAP). Αν διαπιστωθεί υπερτροφία των αμυγδαλών, ενδείκνυται η αμυγδαλεκτομή και η αδενοειδεκτομή. Αν ο ασθενής δεν μπορεί να ανεχτεί τη συσκευή, η απόφραξη αντιμετωπίζεται με τη χειρουργική θεραπεία MMCA (Maxillary Mandibular Chin Advancement). Το μεγάλο πλεονέκτημα της μεθόδου είναι ότι σε ένα και μόνο χειρουργείο μπορεί να προωθηθεί, ανάλογα με την περίπτωση, η άνω και η κάτω γνάθος καθώς και το γένειο. Ταυτόχρονα αντιμετωπίζεται τυχόν σκολίωση του ρινικού διαφράγματος και υπερτρο-

φία των ρινικών κογχών. Συνδυάζεται επίσης με λιποαναρρόφηση και τέντωμα των μυών του λαιμού (Anterior Neck Approach) με μια μικρή τομή 3 εκ. κάτω από το πηγούνι, που εκτός από τη μεγάλη αισθητική βελτίωση, συνεισφέρει στο λειτουργικό αποτέλεσμα. Σύμφωνα με κλινικές μελέτες, η MMCA, σε συνδυασμό με διόρθωση του ρινικού διαφράγματος και κογχοτομή, είναι μια αποτελεσματική μέθοδος αντιμετώπισης της αποφρακτικής άπνοιας. Παράλληλα, με την τεχνική του Anterior Neck Approach ενισχύεται το λειτουργικό αποτέλεσμα, ενώ επιτυγχάνεται και αισθητική βελτίωση.



BAZZAAR

Harper's

NATASHA
POLY

151
ΕΞΥΠΝΕΣ
ΑΓΟΡΕΣ

SEASON'S
MUSTS:
ΤΑ ΦΟΡΕΜΑΤΑ
ΤΩΝ ΠΑΡΑΜΥΘΙΩΝ

Η ΔΥΝΑΜΙΚΗ
ΕΠΙΣΤΡΟΦΗ ΤΟΥ
ΚΑΜΗΛΟ

FASHION
ICONS

Η CARINE ROITFELD ΕΠΙΛΕΓΕΙ
ΤΑ ΠΡΟΣΩΠΑ ΚΑΙ ΤΙΣ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΕΣ
ΠΟΥ ΘΑ ΞΕΧΩΡΙΣΟΥΝ

ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ 2016



ΚΥΚΛΟΦΟΡΕΙ ΣΤΙΣ 28/08
ΜΕ ΤΗ REAL NEWS
ΚΑΙ ΣΤΗ ΣΥΝΕΧΕΙΑ
ΣΤΑ ΠΕΡΙΠΤΕΡΑ ΜΕ 4€