

EL DORMIR YA NO SERÁ UN PROBLEMA...

Guerrero Guzmán I, Ortiz Trujillo F.

OBJETIVOS:

- Proporcionar información y orientación a la población sobre que es el SAHS.
- Orientar a la persona diagnosticada de SAHS al manejo de la enfermedad y su tratamiento.

METODOLOGIA Y RESULTADOS:

•Organizar talleres de educación para la salud con familiares y enfermos diagnosticados de SAHS, donde la enfermería se centrará en valorar los posibles factores de riesgo que causan este síndrome.

•Talleres a pacientes y sus familiares para relacionar la comorbilidad del SAHS en cuanto a otros problemas de salud en nuestra muestra, sobre todo cardiovasculares según la bibliografía revisada.

INTRODUCCIÓN:

El síndrome de apnea-hipoapneas del sueño (SAHS) es un problema prevalente en España. Se caracteriza por episodios repetidos de obstrucción de la vía aérea superior durante el sueño.

Son diagnosticados de SAHS los pacientes que presentan más de 10 episodios obstructivos por hora de sueño.

El tratamiento del SAHS es el uso de CPAP, la efectividad de esta terapia es suprimir los episodios respiratorios y despertares transitorios.

Principales síntomas clínicos del SAHS

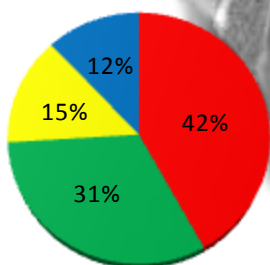
Referidos por acompañantes de cama:

- Ronquidos.
- Pausas de apneas observadas.
- Movimientos corporales.
- Cambios de personalidad.

Referidos por el paciente:

- Somnolencia.
- Ahogos nocturnos.
- Cefalea matutina.
- Pérdida de capacidad intelectual.
- Micción nocturna(>2 veces).

TALLERES



Los principales problemas cardiovasculares encontrados han sido HTA, DM tipo II, ICTUS y arritmias.

- Asesoramiento higienico-dietético
- Efectos secundarios del tratamiento con CPAP
- Factores de riesgo que favorecen un SAHS
- Terapias con parejas de enfermos con SAHS

“El sueño es una parte vital de la vida diaria. Su privatización tiene efectos adversos, las alteraciones deben ser tratadas por profesional sanitario”

CONCLUSIONES:

- Mejorar la calidad de vida del paciente.
- Aumentar la satisfacción de la pareja.
- Aumentar la calidad del sueño.
- Reforzar la información proporcionada por otros miembros del equipo de cuidados.
- El SAHS tiene un notable impacto sobre la salud cardiovascular, resultando los talleres impartidos, muy importantes para detectarlos, conocerlos y tratarlos.