

Jak oduczyć męża chrapania?

Mąż gwizdże przez sen i do tej pory nie był u lekarza, chociaż wiele razy go prosiłam. Słyszałam, że to się leczy. Jak wytłumaczyć mężowi, że chrapanie może mu poważnie zaszkodzić?

Stefania B. z Lublina

■ Chrapanie to nie tylko nocne koncerty, przykre dla otoczenia. Zwykle towarzyszą mu zaburzenia oddechowe (łącznie z okresami groźnego bezdechu, podczas których następują przerwy w oddychaniu). Skutkiem tej dolegliwości jest stałe niedotlenienie organizmu. Powoduje ono osłabienie, senność, bóle głowy, gorszą wydolność intelektualną, problemy z koncentracją, a nawet słabszy popęd seksualny.

Chrapanie stwarza poważne zagrożenie dla układu sercowo-naczyniowego. Występowanie bezdechów może się też wią-