



3 pytania do specjalisty

Dr Michał Michalik, specjalista otolaryngolog.

Szybki koniec z CHRAPANIEM

Powoduje niedotlenienie i wiele groźnych chorób. Naraża też na stres oraz wymówki partnera. Nowatorski zabieg może skutecznie usunąć przyczyny chrapania.

– Jak powstaje chrapanie?

– Kiedy śpimy, leżąc na plecach, język cofa się, a usta otwierają. Następuje wtedy zwężenie kanału nosogardła i gardła, co sprawia, że powietrze z trudem przeciska się do płuc, wywołując charakterystyczny i nieprzyjemny dla ucha efekt akustyczny. Głośność chrapania może dochodzić do 70 decybeli. Tak mocny dźwięk wywołuje młot pneumatyczny lub traktor! Chrapanie to najczęstsza dolegliwość, występująca w czasie snu i zarazem najważniejszy, zakłócający go czynnik. Wywołuje stres u osoby chrapią-

cej, doprowadza do szalu pozostałych domowników, rodząc niekiedy poważne napięcia. Częściej chrapią mężczyźni, szacuje się, że aż w 70. procentach. W Polsce problem ten dotyczy co najmniej 8 milionów dorosłych osób.

– Czy szkodzi zdrowiu?

– Zdecydowanie tak! Następstwem chrapania jest gorsze dotlenienie organizmu, poranne bóle głowy, ogólne osłabienie, przygnębienie i zmęczenie. Po dłuższym czasie przypadłość ta może być przyczyną kłopotów z koncentracją, senności w ciągu dnia, osłabienia popędu płciowego, depresji, obniżenia wydajności pracy. Zwiększa także ryzyko spowodowania wypadku. Chrapanie może być również począt-

kiem wielu groźnych chorób. Dlatego też nie należy go lekceważyć, ale zgłosić się do lekarza specjalisty, zwłaszcza, jeśli towarzyszą mu chwilowe przerwy w oddychaniu, świadczące o bezdechu śródśennym.

– Jak można pozbyć się chrapania?

– Wystarczy poddać się nowatorskiemu systemowi leczenia RFITT: Energia biopolarna Celon. Najczęściej już po jednym zabiegu pacjent przestaje chrapać. Zabieg jest bezkruwawy. Wykonuje się go ambulatoryjnie. Polega na kilkukrotnym wprowadzeniu w podniebienie specjalnej końcówki i pozostawieniu jej na kilka sekund, po wcześniejszym miejscowym znieczuleniu. Trwa od 20 do 40 minut, a po jego zakończeniu pacjent może wrócić do domu lub do pracy.

Więcej o dolegliwościach, związanych z chrapaniem i metodach ich leczenia na stronie www.niechrapanie.pl

Rozmawiał TS



Chrapie aż 70 procent Polaków. Czasami jak młot pneumatyczny.

Nowości medyczne

Żeń-szeń z guaraną

Gigamax przeznaczony jest dla osób, które nie zawsze mają czas, aby zadbać o właściwe odżywianie. Jego skład korzystnie wpływa na samopoczucie, koncentrację, pozwoli odzyskać witalność i pełnię sił. Żeń-szeń przeciwdziała zmęczeniu i opóźnia procesy starzenia, guarana doda energii i korzystnie wpłynie na kondycję, a zielona herbata ułatwi zapamiętywanie i kojarzenie. ■

Lecznicza siła Melisany

Melisana Klosterfrau to preparat, który pomaga odzyskać dobre samopoczucie i naturalną harmonię, przywraca równowagę wewnętrzną i spokojny sen. W jego skład wchodzi kompozycja melisy, omanu, arcydzięgla, imbiru i goździków. Pomaga w stresie, kłopotach z zasypianiem, bólach głowy i meteoropatii. ■

Kapsułki na cellulit

Recelox zawiera wyciągi roślinne, wielonienasycone kwasy tłuszczowe, jod i krzemionkę, które redukują objawy cellulitu. Przyspieszają metabolizm tkanki tłuszczowej, zwiększają drenaż tkankowy i eliminację toksyn, wzmacniają naczynia krwionośne i limfatyczne oraz przeciwdziałają obrzękom. ■

MEDYCINA W TELEWIZJI

Rywale, odc. 4

W świecie dorosłych toczy się nieustanna rywalizacja pomiędzy rodzicami. Zaczyna się w momencie porodu. Rodzice chwalać się modelowymi niemowlakami, które przesypiają całe noce. Kolejne stadium następuje, gdy dzieci zaczynają mówić. ■

PN 13.10 TVP 2
SYNDROM SZALONYCH RODZICÓW 13.00

Pora na doktora

Program promuje profilaktykę zdrowotną, informuje o symptomach niebezpiecznych chorób. W tym odcinku będzie mowa o nosie. Specjaliści odpowiedzą na kilka pytań: skąd się bierze katar i jak go leczyć. Opowiedzą też o alergiach i o zatokach. ■

PN 13.10 TVP 1
MEDYCYNĄ MAGAZYN EDUKACYJNY 15.40



U mojego ojca stwierdzono zatorowość płucną? Co to takiego?

Magda z Nałęczowa

Marzena Lewińska specjalista medycyny rodzinnej

ZATOROWOŚĆ PŁUCNA

U Pani taty nastąpiło zatkanie tętnicy płucnej (np. przez skrzepliny lub komórki nowotworowe), co uniemożliwiło dopływ krwi do płuc i spowodowało niewydolność oddechową. Jest

to groźna choroba, której objawy można przegapić ze względu na różnorodność zgłaszanych dolegliwości. Najczęściej występuje duszność, ból w klatce piersiowej, przyspieszenie oddechu, płucie krwią, kołatania serca. Zatorowość rozwija się, kiedy zwiększa

się ryzyko powstawania skrzepliny z krwi, głównie w żyłach kończyn dolnych. Zdarza się to też z powodu niewydolności serca, stosowania doustnych środków antykoncepcyjnych, palenia, otyłości, choroby nowotworowej lub po przebytych operacjach. U nie-

których osób wystarczy tylko 4-godzinne unieruchomienie podczas podróży, np. samolotem, aby doszło do zatoru płucnego. Także z wiekiem zwiększa się ryzyko wystąpienia zatoru w tętnicy. Chory powinien już na stałe przyjmować leki przeciwzakrzepowe. ■