

Πώς θεραπεύεται το Σύνδρομο αποφρακτικών απνοιών στον Ύπνο (ΣΑΥ);

Σήμερα η θεραπεία του ΣΑΥ περιλαμβάνει:

- Την αποφυγή παραγόντων που το επιδεινώνουν όπως το αλκοόλ, το κάπνισμα, τα ηρεμιστικά-κατασταλτικά, η ύπια θέση ύπνου (ιδιαίτερα όταν οι άπνοιες σχετίζονται με την ύπια θέση)
- Την ελάττωση βάρους και την άσκηση
- Τη σωστή υγιεινή ύπνου
- Τη θετική συνεχή πίεση ανώτερων αεραγωγών (Continuous Positive Airways Pressure, CPAP)
- Ενδοστοματικές συσκευές
- Τη χειρουργική αντιμετώπιση