Kæfisvefn veldur hjarta- og æðasjúkdómum

- segir doktorsnemi í líffræði

„Rannsóknin tengist fyrst og fremst kæfisvefni þar sem við erum að leggja áherslu á að skilja betur hvernig kæfisvefn veldur hjarta- og æðasjúkdómum en við erum líka að skoða hvað gerist í svefnleysi; hvers vegna sumir þola svefnleysi betur en aðrir og hvort hægt sé að finna á því beinar líkamlegar skýringar," segir Erna Sif Arnardóttir, doktorsnemi í líffræði, sem útnefnd var Ungur vísindamaður ársins á Vísindadögum Landspítala í byrjun maí.

Hávar Sigurjónsson

„Þetta er doktorsverkefnið mitt við læknadeild Háskóla Íslands og leiðbeinendur mínir eru Þórarinn Gíslason, yfirlæknir á lungnadeild Landspítala, og Allan I. Pack, prófessor við University of Pennsylvania," segir Erna Sif. Hún bætir við til nánari skýringar að rannsókn sín sé að miklu leyti byggð á Íslensku kæfisvefnsrannsóknninni sem staðið hefur yfir um nokkurra ára skeið undir stjórn Þórarins Gíslasonar og er ein stærsta rannsókn í heiminum á því sviði, að sögn Ernu Sifjar. „Sú rannsókn beinist fyrst og fremst að því að rannsaka hvaða gen valda kæfisvefni og er samstarfsverkefni Landspítala og Íslenskrar erfðagreiningar og styrkt af NIH (National Institute of Health) í Bandaríkjunum. Það segir reyndar talsvert um alþjóðlegt mikilvægi rannsóknarinnar því sjaldgæft er að NIH styrki rannsóknir sem fara fram algerlega utan Bandaríkjanna."

Hvað er kæfisvefn?

„Kæfisvefn er sjúkdómsástand sem einkennist af endurteknum öndunartruflunum í svefni og fylgir yfirleitt hrotur og mikil dagsyfja," segir Erna Sif. „Truflanirnar stafa af því að öndunarvegurinn lokast endurtekið í svefni í 10 sekúndur eða lengur, getur varað allt að tvær mínútur. Öndunin stöðvast algerlega í þennan tíma, eða grynnist verulega, og þessu fylgir verulegt súrefnisfall í blóði sjúklingsins. Súrefnisfallið er talið aðalorsökin fyrir flestum fylgikvillum og slæmum afleiðingum kæfisvefns. Kæfisvefninn veldur einnig verulegri truflun á svefni og dregur úr svefngæðum, einstaklingurinn fær ekki jafn mikinn djúpsvefn og ekki jafnmikla hvíld og heilbrigðir einstaklingar. Kæfisvefnssjúklingar þjást því gjarnan af dagssyfju, sofna undir stýri eða við störf sín yfir daginn og eru með skert lífsgæði. Kæfisvefn er um helmingi algengari hjá körlum en konum, alþjóðlegar rannsóknartölur segja 4% karla á miðjum aldri með kæfisvefn en um 2% kvenna. Hér á Íslandi meðhöndlum við nú þegar þennan fjölda þannig að tölurnar eru eflaust nokkuð hærri og stöðugt koma nýir sjúklingar með alvarlegan kæfisvefn svo sjúkdómurinn er raunverulegt vandamál hjá talsvert stórum hópi fólks."

Umfangsmiklar mælingar

„Fjöldi kæfisvefnssjúklinga í þessari rannsókn er um 2000 auk ættingja og ég nýti mér þennan mikla efnivið í rannsóknina mína sem tekur til mun afmarkaðri þátta kæfisvefns en stóra rannsóknin gerir. Við mína rannsókn voru allir nýir sjúklingar sem komu til kæfisvefnsrannsóknar teknir í ítarlegri rannsókn. Tekið var blóðsýni og fita var mæld yfir allan kviðinn með segulómun, bæði iðrafita (visceral fat) og fita undir húð (subcutaneous fat). Það er talið að iðrafita sé hættulegri hvað varðar kæfisvefn en önnur líkamsfita og við gerðum því nákvæmar mælingar á fitudreifingu allra nýrra sjúklinga. Síðan bætast við niðurstöður úr svefnmælingum, hversu alvarlegan kæfisvefn hver og einn er með og ítarlegur spurningalisti um heilsu, dagsyfju og fleira."

Úr blóðsýninu eru mældir bólguþættir en Erna Sif segir að vitað sé að bólga valdi aukinni