

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Bezdech senny ma związek z pogorszeniem słuchu



Bezdech senny, którego objawem jest chrapanie, ma związek z pogorszeniem słuchu zarówno w zakresie wysokich, jak i niskich częstotliwości - wykazały badania, które zaprezentowano podczas Międzynarodowej Konferencji American Thoracic Society 2014.

Bezdech senny jest zaburzeniem oddychania podczas snu. Jego objawem jest chrapanie, chociaż nie każda osoba chrapiąca cierpi na bezdech senny. Dolegliwość tę rozpoznaje się na podstawie występowania podczas snu co najmniej 5-15 zatrzymań oddychania na godzinę, przy czym długość tych przerw wynosi ok. 10 sekund.

Częste zatrzymania oddechu powodują niedotlenienie tkanek, w tym mięśnia sercowego i tkanki nerwowej. W związku z tym osoby cierpiące na bezdech odczuwają w ciągu dnia zmęczenie, nadmierną senność, rozdrażnienie, bóle głowy. Bezdech senny powiązano też z wyższym ryzykiem chorób układu sercowo-naczyniowego, takich jak nadciśnienie, zaburzenia rytmu serca, zawał serca, udar mózgu, nagły zgon sercowy czy niewydolność serca oraz zaburzeniami metabolicznymi, takimi jak cukrzyca.

Najczęstszym rodzajem bezdechu jest tzw. bezdech zaporowy (obturacyjny), który jest związany ze zwiotczeniem mięśni w obrębie gardła i zapadaniem się jego miękkich struktur podczas snu. Prowadzi to do zablokowania dopływu powietrza do płuc. Wśród czynników ryzyka tego rodzaju bezdechu wymienia się nadwagę i otyłość, płeć męską i średni lub starszy wiek.

Naukowcy, którymi kierował Amit Chopra z Albany Medical Center w Nowym Jorku przeprowadził badania wśród blisko 14 tys. osób przynależących do społeczności latynoskiej, w wieku 18-74 lata. Wszyscy przeszli badania w kierunku występowania bezdechu sennego oraz testy audiometryczne, przy pomocy których bada się słuch.

Ciężkość bezdechu oceniano na podstawie liczby bezdechów i spłyceń oddechu występujących w ciągu godziny snu (jest to tzw. wskaźnika AHI). Niemal 10 proc. przebadanych miało co najmniej umiarkowany bezdech senny (AHI równe lub większe niż 15).

Za ubytek słuchu w zakresie wysokich częstotliwości przyjęto średni próg słyszenia powyżej 25 decybeli (dB) w każdym uchu przy dźwiękach o częstotliwości 2 tys. herców (Hz), 3 tys. Hz, 4 tys. Hz, 6 tys. Hz i 8 tys. Hz. Natomiast ubytek słuchu w zakresie niskich częstotliwości diagnozowano u osób, u których próg słyszalności był wyższy niż 25 dB w każdym uchu przy dźwiękach o częstotliwości 0,5 tys. Hz i 1 tys. Hz.

Ogólnie ubytek słuchu stwierdzano częściej wśród osób chrapiących lub cierpiących na bezdech senny i o wyższym wskaźniku masy ciała (BMI). Jak wyliczyli autorzy pracy, bezdech senny zwiększał o 31 proc. ryzyko ubytku słuchu w zakresie wysokich częstotliwości, o 90 proc. – w zakresie niskich częstotliwości oraz o 38 proc. w zakresie częstotliwości wysokich i niskich. W analizie uwzględniono płeć, wiek, ekspozycję na hałas, a także wcześniejsze zaburzenia słuchu, również ubytek słuchu typu przewodzeniowego (zlokalizowany w aparacie przewodzącym ucha środkowego) i inne czynniki. Wyższy wskaźnik AHI był silniej związany z ubytkiem słuchu w zakresie wysokich częstotliwości.

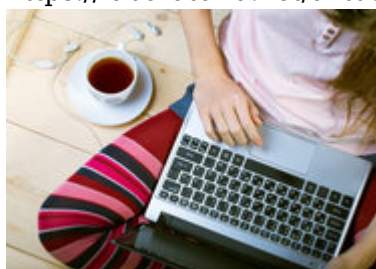
Jak zaznaczają naukowcy, pewnym ograniczeniem badania było to, że nie uwzględniono w nich wpływu leczenia bezdechu sennego na ostateczne wyniki. Jednakże jego uczestnicy rzadko byli leczeni z powodu tego schorzenia.

„Pacjenci cierpiący na bezdech senny są zagrożeni różnymi chorobami współistniejącymi, w tym chorobami serca i cukrzycą, a nasze wyniki wskazują, że bezdech senny ma również związek z podwyższonym ryzykiem pogorszenia słuchu” – skomentował dr Chopra.

Jak podkreślił, mechanizm leżący u podłoża tej zależności wymaga dalszych badań. Potencjalnie bezdech senny może negatywnie wpływać na ukrwienie ślimaka w uchu wewnętrznym, ponieważ sprzyja stanowi zapalnemu i przebudowie naczyń krwionośnych; do uszkodzenia słuchu może też przyczyniać się hałas powodowany chrapaniem, spekulują autorzy pracy. Średnie natężenie dźwięków wydawanych przez osobę chrapiącą wynosi bowiem ok. 50 dB, a nawet więcej, natomiast normy dla hałasu ustalono na mniej niż 30 dB.

Źródło: www.pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/21533.html>



30-03-2026

Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia

Przyznał je 402 osobom.



30-03-2026

Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy...

Aby chronić pisklęta przed pasożytami.



30-03-2026

Kierownik wyprawy polarnej

Zmiany klimatu widać gołym okiem.



30-03-2026

Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki

Informuje pismo „Nature Photonics”.



30-03-2026

[Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#)

Ogłosiło Europejskie Obserwatorium Południowe (ESO).



30-03-2026

[Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#)

Informuje pismo „Applied and Environmental Microbiology”.



30-03-2026

[Rękawiczki mogą zawyżać wyniki pomiarów mikroplastiku](#)

Informuje specjalistyczne pismo „Analytical Methods”.



30-03-2026

Problem dezinformacji medycznej będzie narastał

Szkolenia na UMB dla przyszłych lekarzy

Informacje dnia: [Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy mówili o nauce](#) [Kierownik wyprawy polarnej](#) [Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#) [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#) [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#) [Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy mówili o nauce](#) [Kierownik wyprawy polarnej](#) [Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#) [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#) [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#) [Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy mówili o nauce](#) [Kierownik wyprawy polarnej](#) [Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#) [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#) [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#)

Partnerzy