

■ I PERICOLI DELLA NARCOLESSIA. Spesso si pensa a quelli che fanno fatica a dormire di notte, ma di giorno...

I colpi di sonno possono fare male

Milano. In genere, quando si parla di disturbi del sonno, si pensa a coloro che incontrano difficoltà nell'addormentarsi o che non riescono a dormire durante la notte. Non è così per chi soffre di narcolessia. I narcolettici vanno incontro ad improvvise e incontrollate crisi di sonno in pieno giorno, con tutte le conseguenze che ne possono derivare.

In base a recenti stime epidemiologiche si calcola che in Italia siano venticinquemila coloro che presentano questo disturbo, ma i casi diagnosticati presso i Centri dove si curano le malattie del sonno si limitano a un migliaio.

«I sintomi che caratterizzano la narcolessia - fa presente Giuseppe Piazza del Dipartimento scienze neurologiche all'Università di Bologna - sono quattro: un'eccessiva sonnolenza diurna, un improvviso calo del tono muscolare (cataplessia), dei rapidi sogni ad occhi aperti (vere e proprie allucinazioni), la sensazione di non riuscire a muoversi nonostante il desiderio di farlo (paralisi del sonno). Quando il paziente accusa uno o più di questi disturbi, la diagnosi è facile per il medico di base. Occorre comunque indirizzare il proprio paziente ad uno dei Centri del sonno (in Italia so-

no una trentina distribuiti su tutto il territorio), dove disponendo della necessaria strumentazione è possibile confermare la malattia e impostare per ogni paziente le cure più adatte».

Le diagnosi errate che spesso vengono attribuite ai pazienti narcolettici sono «depressione», «disturbo di personalità»,

«epilessia». In alcuni casi nasce persino il sospetto che siano «alcolisti», «tossicodipendenti» o «mistificatori».

Per una diagnosi certa di narcolessia occorrono degli strumenti che sono in dotazione solo presso i Centri del sonno. Bisogna infatti sottoporre il paziente ad uno studio polisomnografico nell'arco delle 24 ore, fino alla fase Rem del sonno.

Soltanto da pochi anni siamo a conoscenza del difetto biochimico legato alla narcolessia: si tratta della carenza (in alcuni casi dell'assenza completa) di un peptide ipotalamico chiamato orexina o ipocretina. Tale scoperta ha aperto una strada importante per una terapia mirata della malattia. Finora la narcolessia è stata curata con farmaci stimolanti per combattere la sonnolenza (modafinil), antidepressivi e il gammaidrossibutirato (non disponibile in Italia)

per vincere la cataplessia.

«Le condizioni di vita di un paziente narcolettico - fa osservare Luigi Ferini Strambi, direttore del Centro del sonno all'Ospedale San Raffaele di Milano - non sono facili: una scarsa comprensione da parte dei familiari, la paura di perdere il posto di lavoro, notevoli le difficoltà per i ragazzi che frequentano la scuola, problemi di sicurezza per sé e per gli altri (il 36 per cento degli incidenti stradali con esito mortale sono dovuti a questi addormentamenti improvvisi)».

Un altro difetto del sonno è la sindrome da apnee ostruttive, indicata anche come «malattia dei grandi russatori». Il disturbo colpisce il 4 per cento dei maschi e il 2 delle femmine. In Italia si calcola che a soffrirne siano complessivamente 2 milioni di individui, ma il 75 per cento delle apnee ostruttive non viene né diagnosticato né curato, per scarsa conoscenza della patologia (anche da parte dei medici di base), con gravi conseguenze poiché notevole è il rischio di complicanze cardio- e cerebrovascolari.

Anche per questi pazienti è difficile mantenere un livello di vigilanza accettabile e rimanere svegli mentre guardano un film al cinema o assistono ad

uno spettacolo teatrale, soprattutto la sera in casa quando siedono in poltrona davanti alla televisione, ma anche di giorno quando prendono parte ad una riunione di lavoro in cui sono coinvolti in prima persona.

Le cure consistono in provvedimenti di tipo autonomo (dimagrimento, terapia ventilatoria) o chirurgico (interventi alle vie aeree superiori, riduzione del palato molle e della base linguale, correzione di una deformità mandibolare). Un apposito apparecchio che incanala aria attraverso una maschera nasale, da tenere durante le ore notturne, è al momento il presidio terapeutico più efficace.

Poiché sono ancora molti coloro che pur soffrendo di questi disturbi non ricevono dal medico curante le indicazioni necessarie per iniziare una terapia in grado di risolvere i loro problemi, l'Associazione italiana narcolettici (www.narcolessia.it, telefono 055-317955) e l'Associazione italiana pazienti con apnee del sonno (www.sleepapnea-online.it, telefono 02-3551727) hanno organizzato una campagna d'informazione con spot televisivi, protagonista Lupo Alberto, il personaggio dei fumetti disegnato da Silver. L'elenco dei Centri specializzati dove ci si può rivolgere per curare queste malattie si trova nel sito dell'Associazione italiana della medicina del sonno (www.sonnomed.it).

Giancarlo Sansoni

