

di Maria Gullo

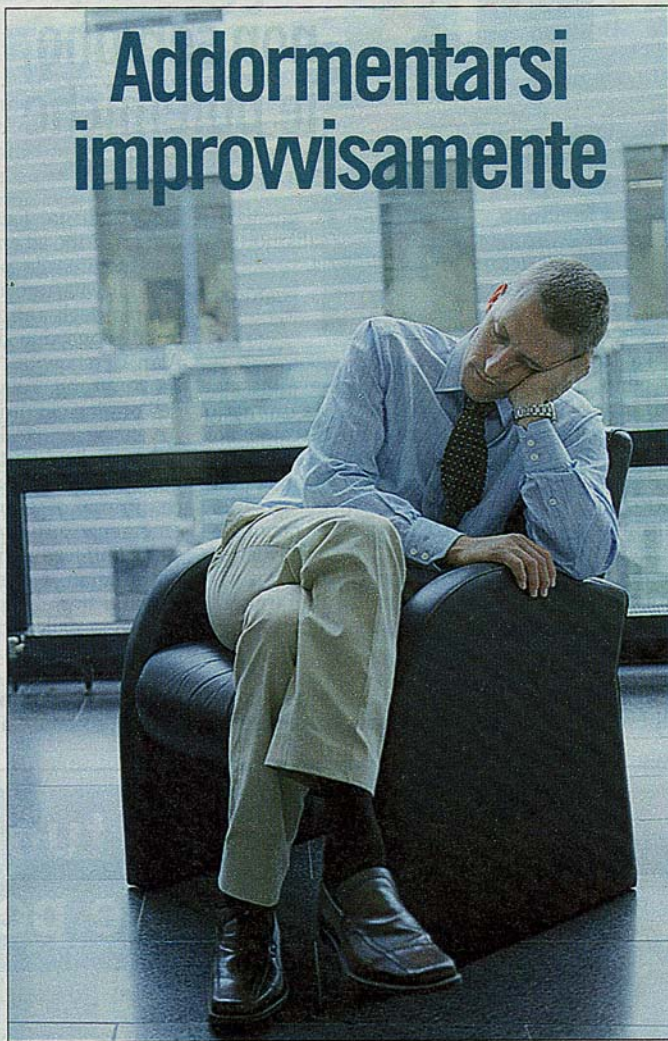
Chi troppo e chi poco. Mai detto è stato così azzecato come nel caso del sonno. Se infatti un italiano su 3 ha sofferto almeno una volta di insonnia, le cifre dell'ipersomnia, o Eccessiva Sonnolenza Diurna (ESD), non sono da sottovalutare: in media ne soffrono 7 italiani su 100.

«Mentre è molto conosciuta l'insonnia, l'ipersomnia al contrario è sottovalutata sia dai pazienti che dai medici. Ma si tratta di un disturbo grave che incide sulla qualità della vita», sottolinea Luigi Ferini Strambi, presidente Associazione medicina del sonno (Aims). Disagio familiare, lavorativo e sociale: il 36 per cento degli incidenti stradali con esito mortale si stima siano causati da Esd.

«Causa di Esd sono Narcolessia e Apnee Ostruttive», spiega Giuseppe Plazzi responsabile Laboratorio del Sonno, Università di Bologna, «le Apnee del sonno colpiscono 2 milioni di italiani ma il 75 per cento di esse non è diagnosticato, anche per scarsa conoscenza».

I narcolettici presunti dalle stime epidemiologiche sono circa 25mila in Italia, «e il loro numero è in forte incremento» aggiunge Icilio Ceretelli presidente dell'Associazione Narcolettici (Ain), ma i diagnosticati sono solamente 1000. Sottovalutazione significa gravi ritardi nella dia-

Addormentarsi improvvisamente



gnosi: un narcolettico impiega circa 7 anni per ottenerla

Per attivare un circolo virtuoso paziente-medico di famiglia-centro del Sonno, l'Ain e l'Associazione per le Apnee del sonno (Aipas) col patrocinio dell'Aims hanno indetto dal 24 al 30 luglio la "Settimana nazionale Contro le Ipersomnia": spot di Lupo Alberto in tv e centralini a disposizione dalle 8 alle 20 (Ain tel. 055317955, ainmarco@tin.it - Aipas tel. 023551727, info@sleepapnea-online.it).

Importante, secondo gli esperti, non confondere l'Esd con la sonnolenza da "pesante" stanchezza psico-fisica ed escludere la possibilità di patologie internistiche o di azione sedativa di farmaci. I 2 terzi dei soggetti con Esd riscontrata strumentalmente, raccontano di avere "addormentamenti irresistibili" quasi tutti i giorni o colpi di sonno non preavvertiti almeno 1-2 volte alla settimana.

«I narcolettici si addormentano durante una conversazione, seduti in classe, aspettando l'autobus o mangiando», specifica Giuseppe Plazzi, «soffrono di cataplessia, rapida perdita del tono muscolare che può provocare cadute o immobilità durante forti emozioni di allucinazioni ipnagogiche, veri sogni ad occhi aperti, spesso terribili, paralisi del sonno. Spesso sono impossibilitati a muoversi malgrado la volontà e hanno ripetuti risvegli notturni». ♦