



# Ambulatorinen suppea yöpolygrafia

Antti Kinnunen, erikoislääkäri  
Meilahden KNF  
(alkup.esitys Jukka Vanhanen 2015, muokannut AK)

## Sisällysluettelo

- ▣ Mitä tauteja suppealla yöpolygrafialla tutkitaan?
- ▣ Lyhyesti obstruktiivisesta uniapneasta
- ▣ Mitä suppeassa yöpolygrafiassa mitataan?
- ▣ Millä oireilla yöpolygrafiaan?
- ▣ Pari lähete-esimerkkiä
- ▣ Hyvässä läheteessä ainakin
- ▣ Levottomien jalkojen oireyhtymästä
- ▣ Yöpolygrafian rajoituksia
- ▣ Jatkolähettestä

## Mitä tauteja suppealla yöpolygrafialla tutkitaan?

- ▣ Uniapneatyyppejä yöllisiä hengityshäiriöitä, lähinnä obstruktiivista uniapneaa
  - ▣ joskus jää kiinni myös harvinaisempia sentraalisia apneatauteja
- ▣ Levottomia jalkoja / periodista yöllistä jalkojen liikehäiriötä
  - ▣ Periodic Leg Movement Disorder PLMD: osa levottomien jalkojen häiriökirjoa
- ▣ Uniapneapotilaan hoitovastetta
  - ▣ esim. painonpudotuksen tai toimenpiteen jälkeinen tilanne verrattuna diagnoosivaiheeseen

## Lyhyesti obstruktiivisesta uniapneasta

### ▣ Yleinen tauti

- ▣ n. 4 % työikäisistä miehistä ja n. 2 % naisista sairastaa obstruktiivista uniapneaoireyhtymää
- ▣ Esiintyy kaikenikäisillä, eniten keski-ikäen ylittäneillä miehillä ja vaihdevuosi-ikäen ylittäneillä naisilla

### ▣ Jos BMI > 40, keskimäärin yli 50 %:lla uniapnea

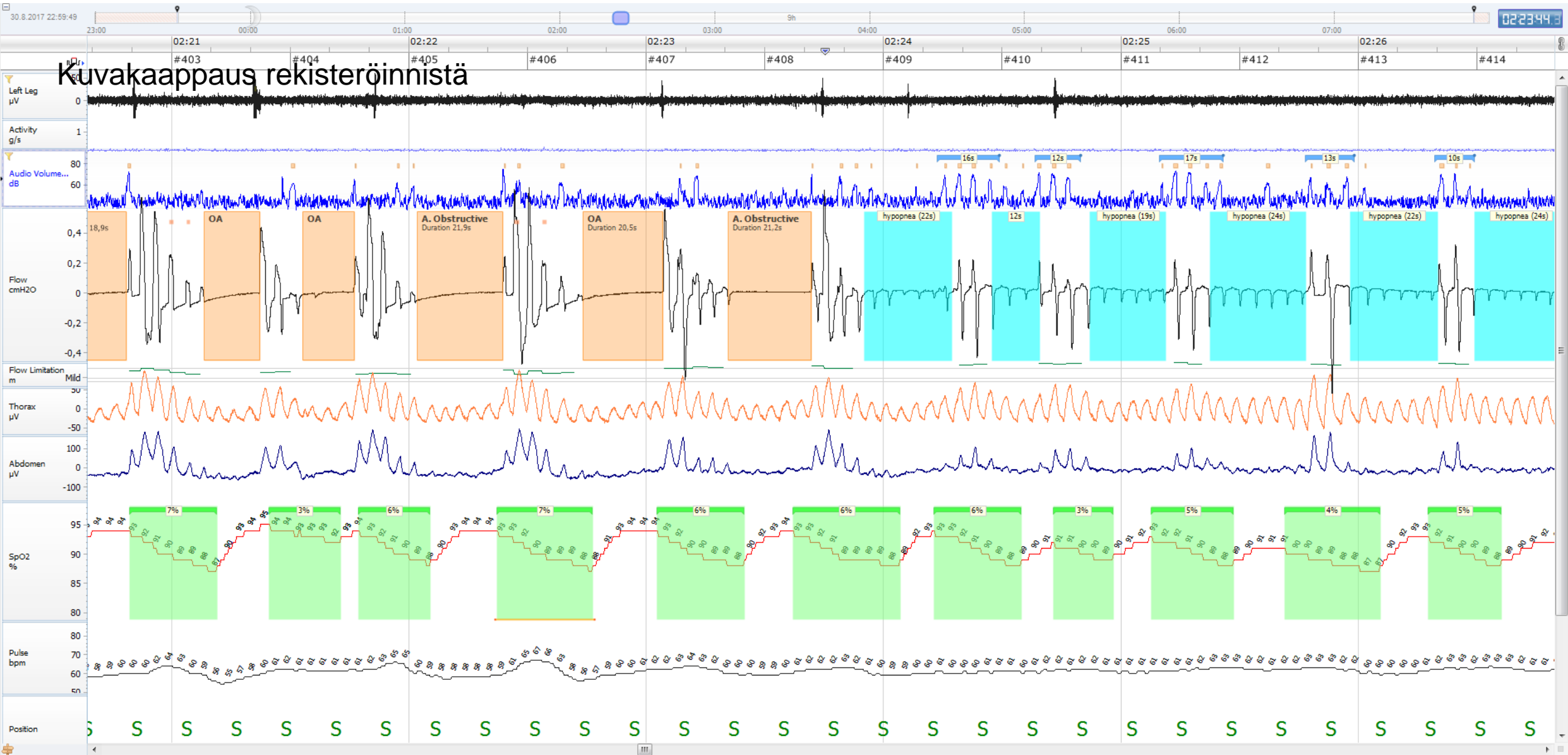
- ▣ BMI:llä 30-40 myös melko usein

### ▣ Kohonnutta verenpainetta sairastavista yli 25 %:lla uniapneaa

▣ Statuksessa usein mm. ahdas nielu, paksu kaula, pieni alaleuka, kookkaat tonsillat: huom: Ei aina selviä merkkejä!

## Mitä suppeassa yöpolygrafiassa mitataan?

- ▣ Hengitysprofiili ”happiviiksillä”: apneat ja hypopneat
  - ▣ Happpisaturaatio sormesta: perustaso ja saturaatiolaskut apneoiden yhteydessä
  - ▣ Hengitysliikkeet rinta- ja vatsavöillä
  - ▣ Kuorsaus audioanturilla
  - ▣ Jalkaliikkeet sääriin kiinnitettävillä tarra-antureilla
- 
- ▣ EI MITATA: unen laatua, unen määrää tai unen aikaisia käyttäytymishäiriöitä
    - ▣ - näitä varten muut unitutkimukset lähinnä esh-poliklinikoilta



# Kuvakaappaus rekisteröinnistä

## Millä oireilla yöpolygrafiaan ?

☐ Vähintään 2 seuraavista oireista:

- ☐ Päiväväsytys tai poikkeava nukahtelutaipumus
- ☐ Pitkään jatkunut äänekäs kuorsaus
- ☐ Aamupäänsärky
- ☐ Hengityskatkoksia toisen henkilön toteamana
- ☐ Toistuvat yölliset heräämiset tukehtumisen tunteeseen
- ☐ Obstruktiiviseen uniapneaan liittyväksi epäilty muistihäiriö tai mielialahäiriö
- ☐ Epäily lihavuuteen liittyvästä ventilaatiovajauksesta

## Aiheellinen lähete?

▫ 52v mies, jolla RR-tauti. Useita vuosia unettomuutta. Vaimon mukaan kuorsaa. P.k. yöpolygrafia.

▫ 26v nainen, päiväväsymystä, heräilee öisin käsien puutumiseen, selkäkipu häiritsee. Uniapneaako?



## Pohdintaa em. lähetteistä

- ▣ Myös unettomuus voi olla obstr. uniapnean oire
  - ▣ Taudista aiheutuva sympaattinen yliaktiivisuus
  - ▣ Luonnollisesti ei pelkkä unettomuus, kokonaiskuvassa mielellään muutakin uniapneaan viittaavaa
- ▣ Tihentynyt yöllinen virtsaamistarve, yöhikoilu, impotenssi ja ärtyisyys yleisiä (epäspesifejä) liitännäisoireita
- ▣ Lähete 2: Pelkkä päiväväsytys ei ole riittävä tutkimusindikaatio
  - ▣ Etenkin nuorilla hyvin tavallinen oire elintapoihin liittyen
  - ▣ Selkäkipuisen huono unikin voi väsyttää

## Hyvässä läheteessä ainakin:

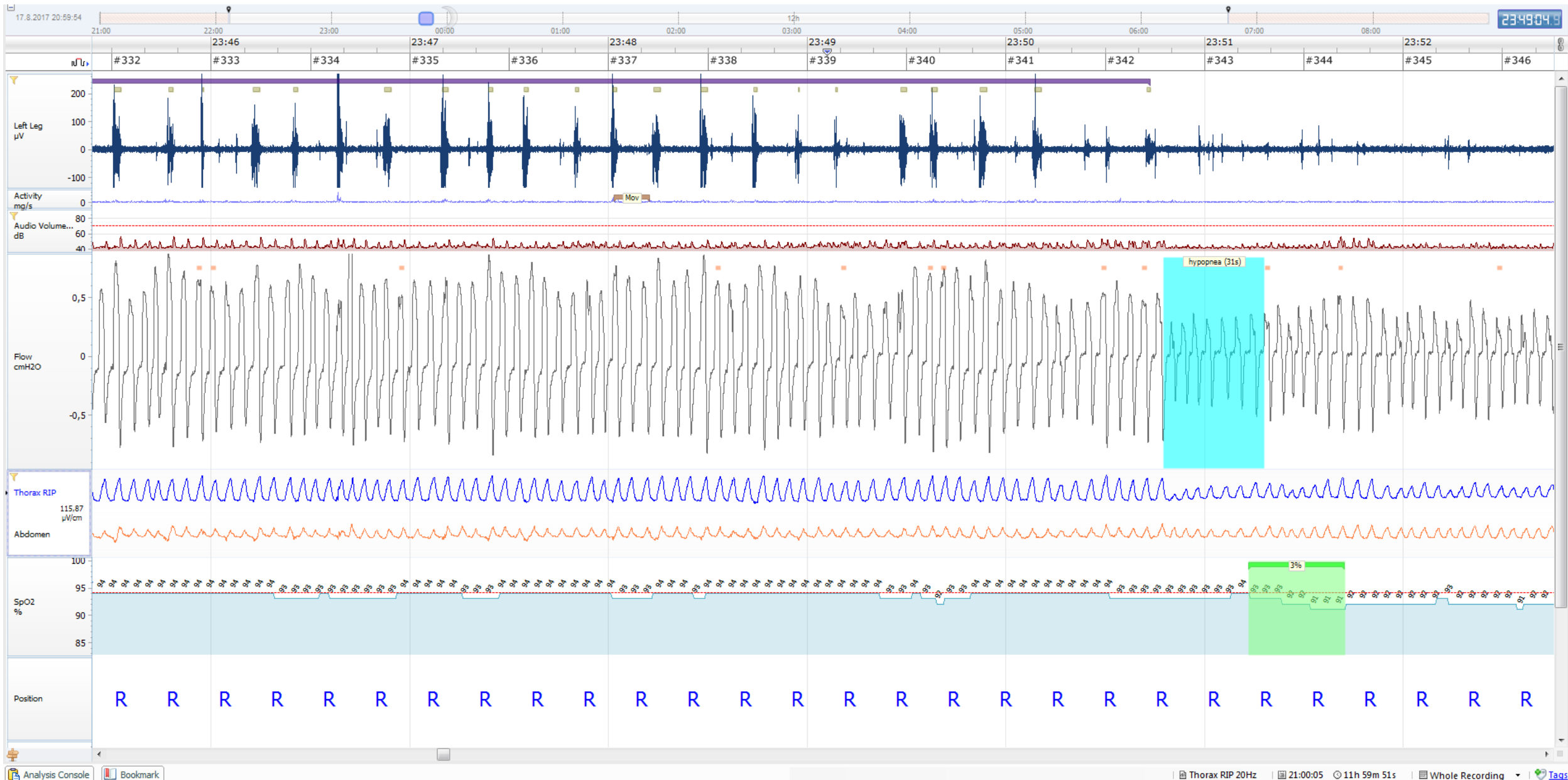
- ▣ Pituus ja paino
- ▣ Ammatti
- ▣ Päivävyäsymys ja sen aiheuttama haitta
- ▣ Kuorsaus

## Levottomien jalkojen oireyhtymästä

**Duodecim 2006;122(24):2999-3008, alla muokattu osa tiivistelmästä:**

- ▣- Yleinen sairaus. Ilmenee pakonomaisena jalkojen liikuttamisen tarpeena, joka liittyy epämiellyttäviin tuntemuksiin etenkin jaloissa.
- ▣- Oireet etenkin levossa, pahimmillaan iltaisin ja öisin, vaikeuttaen nukahtamista illalla, ja potilaat valittavat usein unettomuutta. **Noin 80 %:lla potilaista on myös yöllinen raajaliikehäiriö.**
- ▣- Esiintyvyys aikuisiässä on 5-10 % ja hoitoa edellyttävän oireyhtymän yleisyys yli 3 %.
- ▣- Hoitamattomana keskivaikea ja vaikea sairaus huonontavat selvästi elämänlaatua. Eräät lääkkeet, kuten mirtatsapiini, metoklopramidi ja psykoosilääkkeet pahentavat levottomien jalkojen oireita.
- ▣- Oireyhtymän ensisijaishoitona on pieni annos dopamiiniagonistia. Raudanpuutteen ja magnesiumipuutteen hoito tulee myös kyseeseen. Häiriön yleisyyden takia potilaiden hoito painottuu perusterveydenhuoltoon. Erikoissairaanhoidon konsultaatiota tulee harkita diagnostisissa ongelmissa ja silloin, kun dopamiiniagonistihoidosta ei ole apua.

# Kuvakaappaus periodittaisesta jalkojen liikehäiriöstä



## Yöpolygrafian rajoituksia

- ▣ Nimensä mukaisesti suppea, ei tutki unen laatua kuten unipolygrafia
- ▣ Ei yhtä sensitiivinen kuin laaja unipolygrafia
  - ▣ Syy: lievimmät hengityshäiriöt eivät joskus laske saturaatiota mutta aiheuttavat EEG-kanavilla näkyvän havahtumisen, joka siis nähtävissä vain laajassa unipolygrafiassa
  - ▣ Jos kliinisesti vahva uniapneaepäily, mutta löydös vain lievästi poikkeava tai normaali, etenkin jos nuori hyväkehkoinen potilas jolla saturaatio ei helposti vähästä laske:
    - ▣ - kyseeseen voisi tulla uusintatutkimus yöpolygrafialla tai unipolygrafialla, tai CPAP-hoitokokeilu: näissä tapauksissa KNF voi ehdottaa konsultaatiota, tai perustellusti tkl voi itsekin konsultoida keuhkosairauksien unipoliklinikkaa lisätutkimusten tarpeesta.

## Jatkoläheteistä...

▣ **Keuhkosairauksien unipoliklinikka** (1162016, erikoisala 80) tutkii helsinkiäisiä uniapneapotilaita ja aloittaa hoitoja. Myös diagnostisia tutkimuksia uniapneaa epäiltäessä, silloin kun tarvitaan laaja unipolygrafia. Ammattiautoilijoiden unitutkimukset kun epäillä uniapneaa. Finnairin ammattilentäjien uniapnean tutkiminen ja hoito tapahtuu myös HYKS Sydän-keuhkokeskus Unipoliklinikalla.

▣ **Muut lähikaupungit/kunnat:** Apneapotilaat oman hoitoketjun mukaan, esim. Jorvin ja Peijaksen keuhkopkl:t.

▣ **(Neurologian unipoliklinikka** (1144009, erikoisala 77) tutkitaan ja hoidetaan hypersomniapotilaat eli liiallista nukkumisentarvetta potevat potilaat, joilla on orgaanisen syyn (kuten narkolepsia) epäily sekä vaikeaa levottomat jalat -oireistoa potevat potilaat ja yöllisten epilepsiakohtausten epäilyt. Neurologian poliklinikalla hoidossa olevien potilaiden ajokykyyn otetaan kantaa hoidon osana. Ilman hoitosuhdetta olevien ajokykykannanotot ohjataan HYKSin ajopolille.)

**Perusterveydenhuolto / työterveyshuolto** *hoitaa seuraavat unihäiriöt:*

*Unirytmihäiriöt (viivästynyt unijakso)*

*Levottomat jalat*

*tavallinen ei-elimellinen unettomuus*

*työkykykannanottoa vaativat uniapneapotilaat, joiden kognitiivinen toimintakyky on epäselvä. Voi ohjata Kelan ammatillisen kuntoutuksen selvitykseen työttömiä potilaita, siellä arvioidaan kykyä työllistyä, jos aiempaan ammattiin ei voi palata.*