

## Sprawdź to sam! Zapytaj swego lekarza o SleepStrip

### Samoocena:

- Czy często czujesz się znużony, nawet po przespaniu całej nocy? T / N
- Czy zdarza Ci się zasypiać w ciągu dnia, w domu albo w pracy? T / N
- Czy śpiąc zwykle głośno chrapiasz? T / N
- Czy osoba, z którą śpisz potwierdza, że się dusisz, ciężko oddychasz albo wstrzymujesz oddech podczas snu? T / N
- Czy często masz trudności z koncentracją lub oceną sytuacji, miewasz luki w pamięci, jesteś drażliwy i/lub popadasz w depresję? T / N
- Czy masz wysokie ciśnienie tętnicze krwi? T / N

UWAGA: Jeśli więcej niż dwie odpowiedzi są twierdzące, powinieneś skonsultować się z lekarzem.

Producent:

Dystrybutor:



P.O.Box 14014,  
Tel-Aviv, 6114 0, Israel  
Tel: +972 3 5 371281  
Fax: +972 3 5 371282  
E-mail: info@slp-med.com  
www.slp-med.com



ul. K. Jeżewskiego 5c/6,  
02-796 Warszawa  
Tel: (022) 644 37 22  
Fax: (022) 644 37 27  
E-mail: meddwe@meddwe.pl  
www.meddwe.pl  
www.sleepstrip.pl



**Masz dość budzenia się  
z uczuciem, jakbyś wcale  
nie spał?**

**Czy współmałżonek mówi Ci,  
że nocą przestajesz oddychać?**

**Masz nadciśnienie?**

**Możesz być zagrożony  
bezdechem sennym**

**Bezdech senny jest chorobą zagrażającą życiu.**

**U większości chorych jest wciąż niezdiagnozowany.**



### **Co to jest bezdech senny?**

Obturacyjny bezdech senny (OBPS), to choroba zagrażająca życiu, pogarszająca jego jakość. Polega na powtarzającym się zatrzymaniu oddechu podczas snu. Spowodowane jest to zwężeniem dróg oddechowych, utrudniającym powietrzu dotarcie do płuc. Sen pacjenta cierpiącego na OBPS wielokrotnie w ciągu nocy zakłócany jest bezdechami. Pozbawia go to najgłębszych faz snu, które zapewniają najlepszy odpoczynek. Bezdechy mogą pojawiać się częściej niż 20 razy w ciągu godziny, a osoba cierpiąca na OBPS nigdy nie czuje się całkowicie wypoczęta. Niedobór snu wpływa na poziom aktywności w ciągu dnia i prawidłowe funkcjonowanie. Często z OBPS związane jest niedotlenienie całego organizmu, natomiast wysiłek wkładany w oddychanie podczas snu prowadzi do zbyt dużego obciążenia układu krążenia. W rezultacie OBPS negatywnie wpływa na jakość życia oraz zdrowie człowieka.

### **Czy zaobserwowałeś u siebie któryś z poniższych objawów?**

- chrapanie przerywane zatrzymaniem oddechu
- gwałtowne łapanie tchu podczas snu
- senność w ciągu dnia i zmęczenie
- wysokie ciśnienie tętnicze krwi
- zaburzenia czynności seksualnych
- sen nie dający odpoczynku

### **Co masz zrobić?**

Zapytaj swojego lekarza, czy nie podejrzewa, że możesz być zagrożony OBPS.

Twój lekarz może polecić Ci SleepStrip, którym w domu przeprowadzisz całonocny test monitorujący.

SleepStrip, to małe urządzenie jednorazowego użytku z mikroprocesorem, które zakładasz na jedną noc.

SleepStrip wyliczy, ile razy podczas normalnego snu (minimum 5 godzin) przestajesz oddychać, wykaże czy jesteś zagrożony, bądź czy cierpisz na OBPS.

Dokładne wskazówki, jak użyć SleepStrip otrzymasz od swojego lekarza. Po wykonaniu testu pokaż urządzenie lekarzowi, aby sprawdził wyniki.

Wyniki te pozwolą Twojemu lekarzowi postawić diagnozę i pokierować dalszą terapią.

**Zbadaj się jak najszybciej!**