

Pressmeddelande 2012-03-15

Trött bakom ratten – lika farligt som alkohol

I morgon är det internationella sömndagen. Internationellt ledande forskare vittnar om att cirka 20 procent av alla olyckor orsakas av trötthet, och detta är ett stort trafikproblem. Trots detta finns det många trötta förare på vägarna som inte känner till sin sjukdom och inte fått behandling. I trafikförordningen jämförs trötthet med alkohol- och drogpåverkan*. Att köra uttröttad är till och med ett lagbrott.

Över en halv miljon svenskar beräknas lida av folksjukdomen sömnapné, det vill säga ofrivilliga andningsuppehåll i sömnen, som bland annat leder till kraftig dagtrötthet. En sömnapnoiker löper lika stor risk för olycka som en rattonykter i trafiken. Studier visar att en person med sömnapné löper sju gånger större risk att råka ut för en bilolycka.

– Att jag inte råkat ut för en olycka är ett under. Innan jag fick diagnos och behandling nickade jag till så fort jag satte mig ned, till och med när jag pratade med någon! Min koncentrationsförmåga blev också allt sämre till slut hamnade jag på akuten. Därefter fick jag behandling och det hjälpte på direkten. Det var fantastiskt! Jag fick plötsligt livet tillbaka, berättar Mats Loquist, kontorschef på svenska resebolaget i Stockholm.

Behandlingen är okomplicerad – bara sjukdomen upptäcks. En CPAP (andningsmask) är den bästa metoden och den är helt utan biverkningar. Men långt ifrån alla de som borde få tillgång till behandling får det. En undersökning utförd av Swedevox** visar att kötiderna är alldeles för långa. Så långa att vi svenskar kan få vänta upp till ett halvår längre än vad vårdgarantin utlovar. ***

Totalt beräknas att cirka 384 000 män och 187 000 kvinnor i åldern 30-60 år lida av sömnapné. Att behöva köa i månader på behandling innebär onödigt lidande och ökad risk för trafikolyckor samt av följsjukdomar för patienten, trots att behandlingen är relativt enkel. Sömnapné består har en stark koppling till högt blodtryck, hjärt- och kärlsjukdomar, stroke, diabetes och depression.

Så vet du om du lider av sömnapné – vanliga symtom:

| Om natten | Om dagen |
|---|----------------------------------|
| Snarkning | Morgontrötthet |
| Bevittnade andningsuppehåll | Överdriven sömnhighet |
| Snabbt uppvaknande med kvävningsskänsla | Kraftlöshet och orkeslöshet |
| Oregelbunden hjärtrytm | Morgonhuvudvärk |
| Frekventa toalettbesök | Koncentrations-och minnesproblem |
| Nattliga svettningar | Högt blodtryck |

För mer information om sömnapné se:

<http://www.somnapne.se/>

* <http://www.transportstyrelsen.se/sv/Vag/Trafikmedicin/Trotthet-i-trafiken/>

Dingus, T., Neale, V., Klauer, S., Petersen, A., & Carroll, R. (2006). The development of a naturalistic data collection system to perform critical incident analysis: an investigation of safety and fatigue issues in long-haul trucking. *Accident Analysis & Prevention*, 38 (6), 1127-1136.

Horne, J.A., Reyner, L.A., 1995. Driver sleepiness. *J. Sleep Res.* 4 (suppl 2), 23–29.

Connor, J., Norton, R., Ameratunga, S., et al., 2002. Driver sleepiness and risk of serious injury to car occupants: population based case control study. *Br. Med. J.* 324 7346), 1125.

Åkerstedt, T., Connor, J., Gray, A., & Kecklund, G. (2008). Predicting road crashes from a mathematical model of alertness regulation - The Sleep/Wake Predictor. *Accident Analysis & Prevention*, 40(4), 1480-1485

** Andningssviktregistret Swedevox nyaste (och på årsbasis största) arm gäller patienter som får nattlig CPAP pga. (obstruktivt) sömnapné syndrom. Det startade i början av juli 2010 och 22 kliniker har successivt börjat rapportera patienter. Vid årsskiftet fanns 2265 anmälda patienter. Data för 2010 är oftast ofullständiga. Några kliniker har rapporterat för hela året men de flesta har första startdatum under hösten 2010. Det betyder att behandlingsincidens ännu inte kan redovisas på ett meningsfullt sätt. Ettårsuppföljning pågår under 2011.

Här är Sveriges längsta väntetider enligt Swedevox sammanställning för 2010

| Område | Total väntetid/dagar |
|-------------------------|----------------------|
| 1. Östersund | 436 |
| 2. Linköping/Norrköping | 286 |
| 3. Lund | 257 |
| 4. Västerås | 231 |

*** Det ska ta högst 30 dagar att få komma till den specialiserade vården från det att en remiss är beslutad av din läkare, eller du lämnat in egenanmälan. Anser läkaren i den specialiserade vården att du behöver behandling ska den inledas så snart som möjligt – senast 90 dagar efter beslutet om behandling.

Om ResMed

ResMed är en ledande utvecklare, tillverkare och distributör av medicinsk utrustning för behandling, diagnostisering och kontroll av sömnrelaterade andningsstörningar och andra andningsrelaterade sjukdomar. Vi fokuserar hängivet på att utveckla innovativa produkter för att förbättra livet för dem som lider av dessa sjukdomar, samt att öka kunskapen hos patienter och sjukvårdspersonal om de potentiellt allvarliga hälsokonsekvenser som obehandlad sömnrelaterad andningsproblematik kan innebära. För mer information om ResMed se www.resmed.se

För mer information och pressbilder vänligen kontakta:

Thomas Långberg, Marknadschef, thomas.langberg@resmed.se

Telefon: 0702-925 052

<http://www.mynewsdesk.com/se/pressroom/resmed-sweden>