

## لاصق لمراقبة انقطاع النفس أثناء النوم



### إعداد: مصطفى الزعبي •

البلجيكية للتكنولوجيا لاصقاً على الذقن يراقب حركات الوجه لاكتشاف انقطاع التنفس أثناء «Sunrise» تطور شركة النوم والشخير الذي يزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب والسكتة الدماغية. ويحتوي اللاصق على مستشعرات تلتقط حركات الفك التي تحدث أثناء النوم، وينقل الجهاز البيانات التي يجمعها لاسلكياً إلى تطبيق في الهاتف الذكي، ما يسمح باكتشاف علامات الحالة بشكل دقيق، والذي يحدث عندما تسترخي العضلات والأنسجة الرخوة في الحلق أثناء النوم، ويتسبب بانسداد مجرى الهواء بالكامل لمدة تصل إلى 10 ثوانٍ، ثم يُدفع الهواء عبر الحلق الضيق، مسبباً الشخير. ويؤدي نقص الأوكسجين إلى تحفيز الدماغ على إيقاظ الشخص، وإعادة فتح مجرى الهواء لاستئناف التنفس الطبيعي. وتعد السمنة عامل خطر رئيسي، لا سيما الوزن الزائد حول الرقبة، إذ يضيف ضغطاً إضافياً على الشعب الهوائية أثناء النوم، ويزيد الكحول المشكلة سوءاً، حيث يعمل على ارتخاء العضلات. وإذا تُرك انقطاع النفس النومي من دون علاج، يمكن أن يزيد من خطر الإصابة بالنوبات القلبية والسكتة الدماغية، لأنه

في كل مرة يتوقف فيها الأوكسجين، يرتفع ضغط الدم. ويُنصح المرضى بفقدان الوزن أن يتلقوا علاجاً يسمى ضغط مجرى الهواء الإيجابي المستمر. ويتضمن ارتداء قناع على الوجه ليلاً، مرتبطاً بمضخة، لتوصيل إمداد مستمر من الهواء المضغوط إلى الفم لإبقاء مجرى الهواء مفتوحاً. لكن اكتشاف انقطاع النفس النومي في المقام الأول قد يكون أمراً صعباً، خاصة عند الذين ليس لديهم أحد لتنبيههم إلى الشخير.

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2024.