

ΑΙΣΘΗΣΗ ΣΥΝΕΚΤΙΚΟΤΗΤΑΣ (SENSE OF COHERENCE) ΣΕ ΑΣΘΕΝΕΙΣ ΜΕ ΣΥΝΔΡΟΜΟ ΑΠΝΟΙΩΝ ΚΑΤΑ ΤΟΝ ΥΠΝΟ

Αθηνοδώρα Κωνσταντινίδου¹, Αθανάσιος Δίμτσης², Αναστασία Παπαδάκη², Αθηνά Καλογεράκη², Πασχάλης Στειρόπουλος², Ευαγγελία Νένα¹,
¹Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης Τμήμα Ιατρικής Εργαστήριο Κοινωνικής Ιατρικής, ²Πνευμονολογική Κλινική Δημοκρίτειου Πανεπιστημίου Θράκης, Πανεπιστημιακό Γενικό Νοσοκομείο Αλεξανδρούπολης

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Εισαγωγή- Σκοπός: Το σύνδρομο απνοιών στον ύπνο επηρεάζει σημαντικά τη σωματική και την ψυχοκοινωνική λειτουργικότητα των ασθενών. Η αίσθηση συνεκτικότητας (ή συνοχής) συνδέεται με την ικανότητα του ατόμου να διαχειρίζεται αποτελεσματικά τις προκλήσεις της ζωής. Σκοπός της μελέτης είναι η διερεύνηση της σχέσης μεταξύ των δεικτών αναπνευστικής διαταραχής στον ύπνο και την εγρήγορση και της αίσθησης συνοχής.

Μέθοδος: Το ερωτηματολόγιο SoC-13 απαντήθηκε από άτομα που υποβλήθηκαν σε μελέτη ύπνου. Αποτελείται από 13 ερωτήσεις και χωρίζεται σε 3 κλίμακες: κατανοητότητα- διαχειρισιμότητα-νοηματοδότηση.

Αποτελέσματα: Συμμετείχαν 187 άτομα (70,6% άνδρες) που εξετάστηκαν με μελέτη ύπνου. Στην υποκλίμακα της κατανοητότητας, το συνολικό σκορ παρουσίασε στατιστικά σημαντική αρνητική συσχέτιση με τον δείκτη αφυπνίσεων ($r_s = -0.378$, $p < .001$) και με τον δείκτη αποκορεσμών (ODI) ($r_s = -0.354$, $p < 0.001$), υποδεικνύοντας ότι υψηλότερα δείκτες διαταραχής ύπνου σχετίζονται με χαμηλότερη αίσθηση κατανοητότητας. Αντίθετα, παρατηρήθηκε στατιστικά σημαντική θετική συσχέτιση του συνολικού σκορ SoC-13 με τον κορεσμό στην εγρήγορση ($r_s = 0.310$, $p < 0.001$) και τη FVC% ($r_s = 0.326$, $p = 0.001$), γεγονός που υποδηλώνει ότι καλύτερη αναπνευστική λειτουργία στην εγρήγορση συνδέεται με υψηλότερη αίσθηση συνοχής. Επιπλέον, οι συγκρίσεις έδειξαν ότι οι συνολικές τιμές του SoC-13 διαφοροποιούνται σημαντικά μεταξύ των φύλων, ενώ παρατηρούνται μικρότερες διαφοροποιήσεις μεταξύ φύλων στις υποκλίμακες διαχειρισιμότητας και κατανοητότητας.

Συμπέρασμα: Πρόδρομα στοιχεία σε μικρό αριθμό δείγματος δείχνουν ότι οι διαταραχές του ύπνου και της αναπνευστικής λειτουργίας στην εγρήγορση φαίνεται να συσχετίζονται με την μειωμένη ικανότητα κατανόησης, διαχείρισης και νοηματοδότησης των γεγονότων στη ζωή.

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

Αθηνοδώρα Κωνσταντινίδου
 Democritus University of Thrace, Department of Medicine
 Email: atkonsta@med.duth.gr
 Phone: 6948810710

ΕΙΣΑΓΩΓΗ-ΣΚΟΠΟΣ

Το σύνδρομο απνοιών στον ύπνο (ΣΑΥ), αποτελεί συχνή παθολογική κατάσταση που επηρεάζει την ποιότητα ζωής των ασθενών. Παράλληλα, η αίσθηση συνοχής (Sense of Coherence-SoC) είναι ψυχοκοινωνικός παράγοντας που σχετίζεται με την ικανότητα ενός ατόμου να αντιμετωπίζει το στρες και τις προκλήσεις.

Σκοπός της μελέτης είναι να εξετάσει τη συσχέτιση αυτών των δύο παραγόντων, δηλαδή κατά πόσο οι δείκτες των διαταραχών ύπνου (όπως αυτές αξιολογούνται μέσω της πολυυπνογραφίας) σχετίζονται με την αίσθηση συνοχής συνολικά και με τις 3 υποκλίμακες της (όπως αυτή εξετάζεται μέσω του ερωτηματολογίου SoC-13).

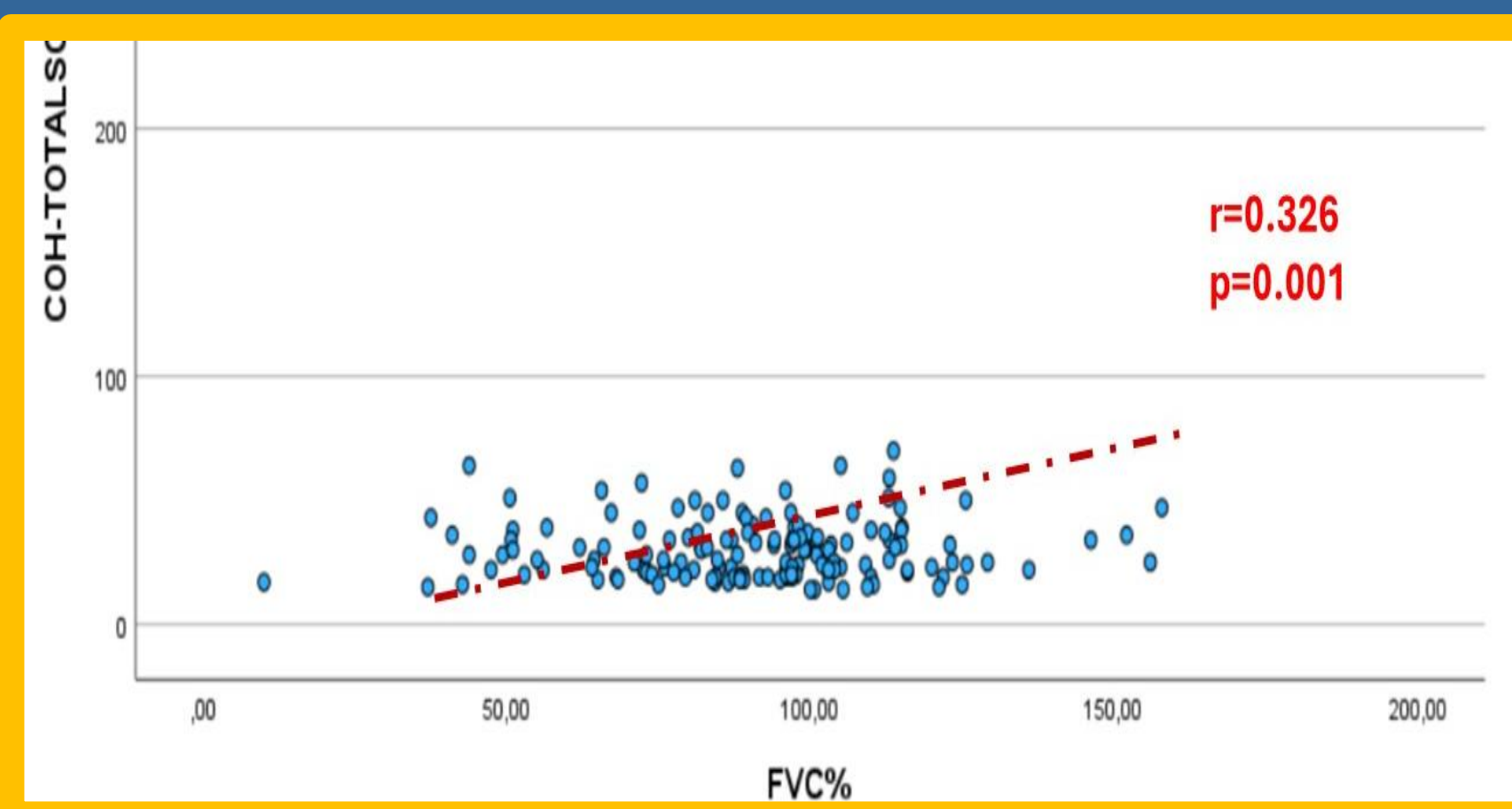
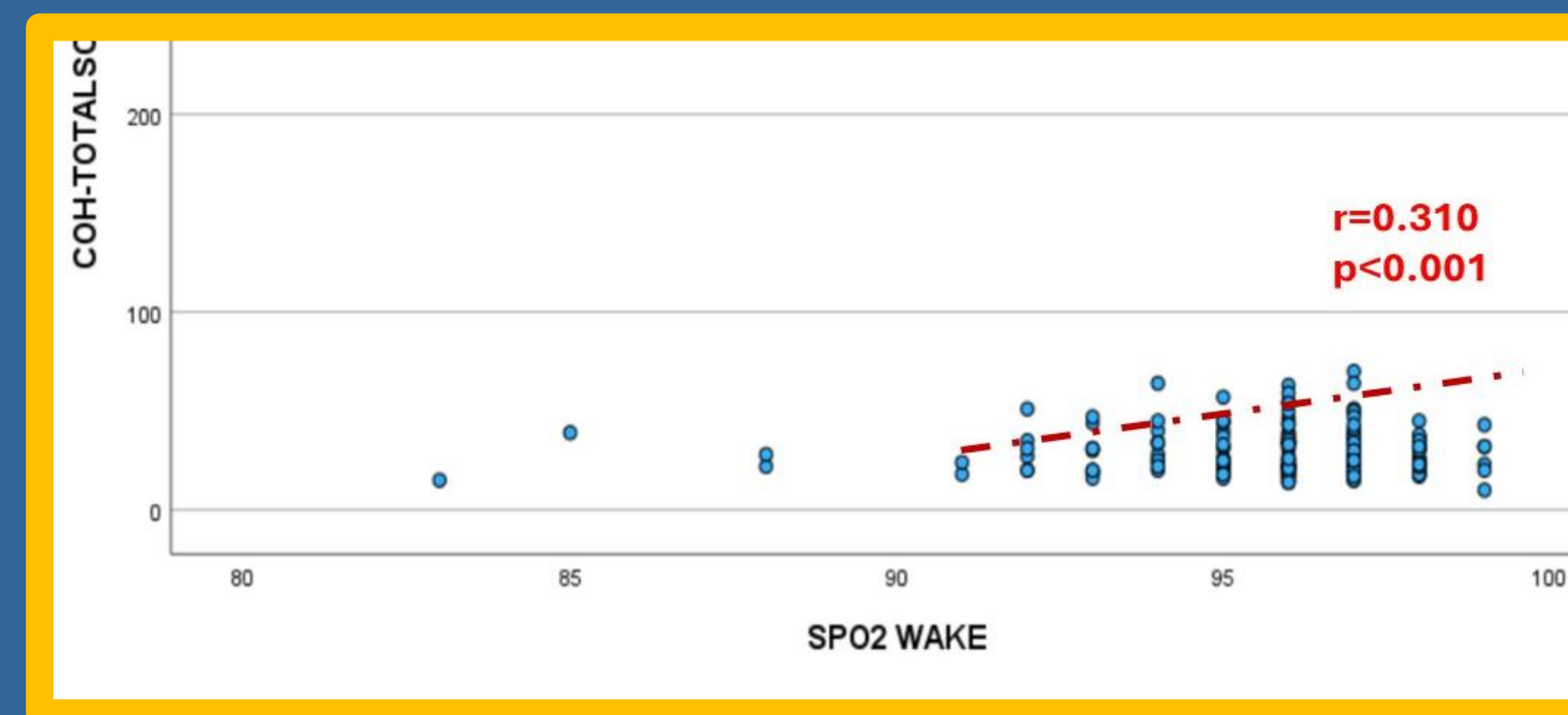
ΑΣΘΕΝΕΙΣ - ΜΕΘΟΔΟΣ

Συμμετείχαν άτομα που υποβλήθηκαν σε πολυυπνογραφία στη Μονάδα Ύπνου του Π.Γ.Ν. Αλεξανδρούπολης και στη συνέχεια συμπλήρωσαν το ερωτηματολόγιο SoC-13. Το ερωτηματολόγιο SoC-13 εξετάζει την ικανότητα ενός ατόμου να βλέπει τη ζωή του ως κατανοητή, διαχειρίσιμη και ουσιώδη (με νόημα), εξηγώντας γιατί κάποιος αντέχουν στο στρες καλύτερα από άλλους και εστιάζει στην υγεία και την ανθεκτικότητα. Αποτελείται από 13 ερωτήσεις, 7 πιθανές απαντήσεις (από το 1 έως το 7) με ελάχιστη τιμή το 13 και μέγιστη το 91. Η στατιστική ανάλυση των δεδομένων έγινε με το πακέτο IBM SPSS v.29.0.

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Συμπεριλήφθηκαν 187 άτομα (55 γυναίκες, 132 άνδρες), ηλικίας 21 έως 81 ετών (μ.ο. ηλικίας 56 έτη) με βασικά περιγραφικά χαρακτηριστικά: μέση τιμή δείκτη μάζας σώματος (BMI) 31,29 kg/m², μέση τιμή δείκτη άπνοιας-υπόπνοιας (AHI) 29,74/h και μέση τιμή συνολικής βαθμολογίας (SoC-13-Total Score) 64,95.

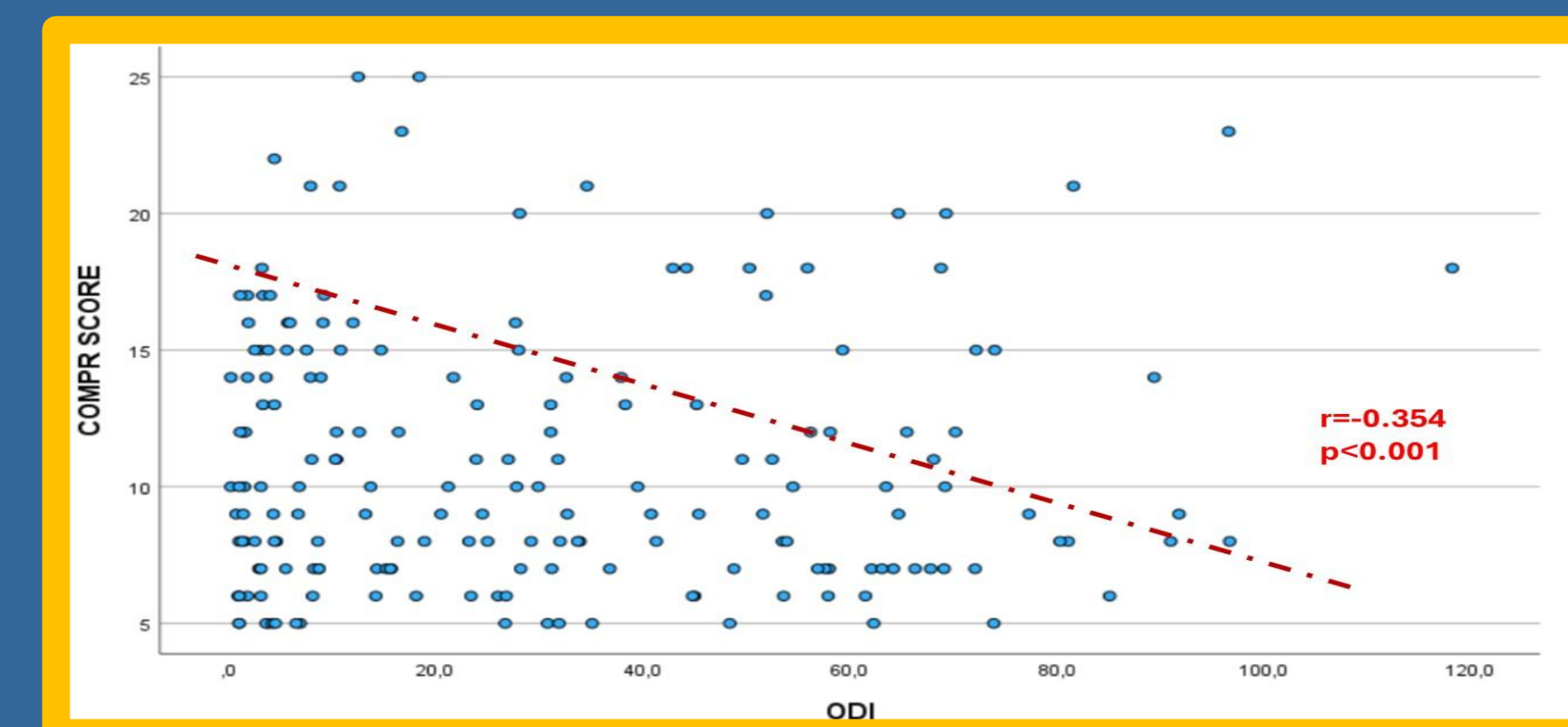
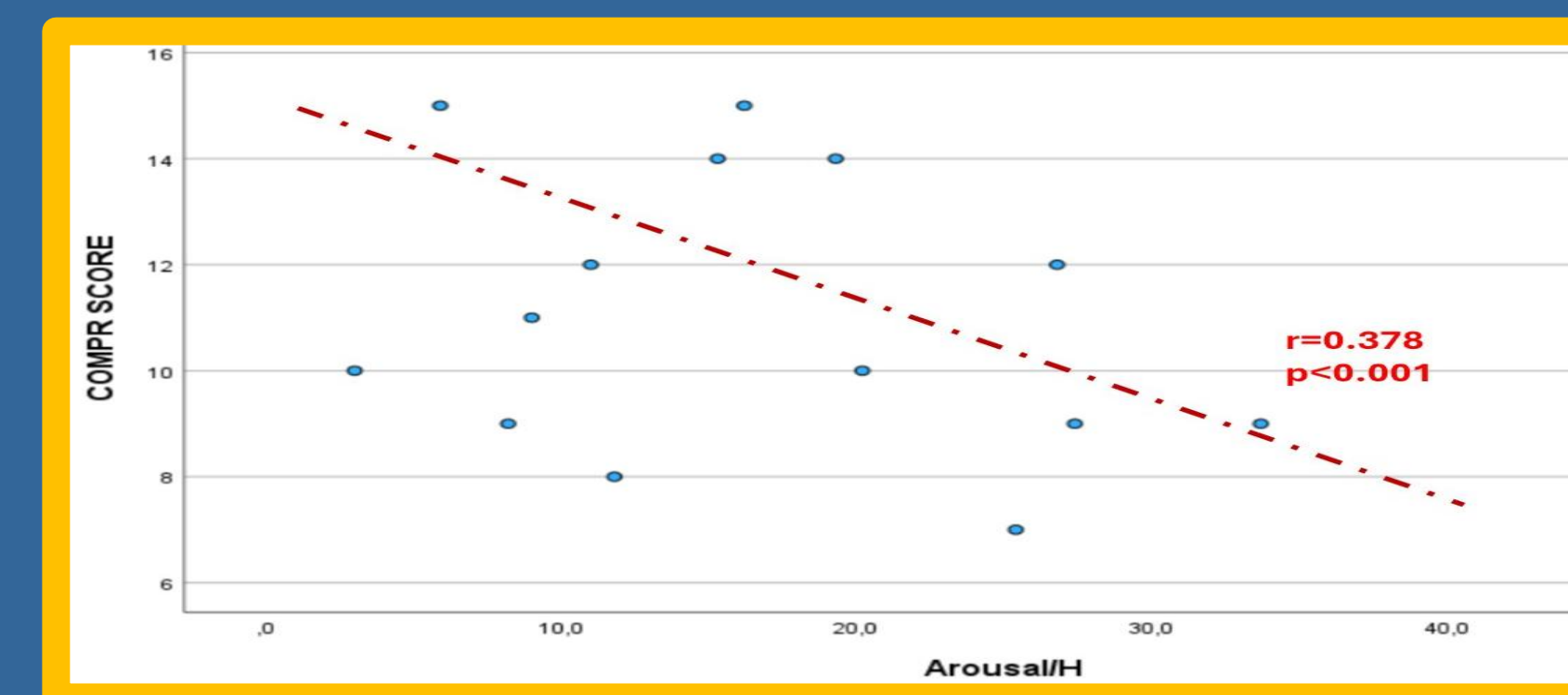
Παρουσιάστηκε **θετική συσχέτιση του συνολικού σκορ με δείκτες αναπνευστικής λειτουργίας στην εγρήγορση: SPO₂ WAKE** ($r_s=0.310$, $p<0.001$) και με τη **FVC%**, ($r_s=0.326$, $p=0.001$). Δηλαδή, άτομα με καλύτερη αναπνευστική λειτουργία στην εγρήγορση τείνουν να απολαμβάνουν ισχυρότερη αίσθηση συνοχής.



ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Επιπλέον, οι συγκρίσεις που πραγματοποιήθηκαν ανέδειξαν ότι οι συνολικές τιμές του συνολικού SoC-13 διαφοροποιούνται σημαντικά μεταξύ των φύλων, ενώ ταυτόχρονα υπάρχει μικρή διαφορά στα φύλα στις υποκλίμακες διαχειρισιμότητας (manageability) και της κατανοητότητας (comprehensibility). Οι γυναίκες σημείωσαν στατιστικά υψηλότερο score από τους άνδρες

Επιπλέον **ως προς την υποκλίμακα κατανοητότητας: το σκορ παρουσιάζει αρνητική συσχέτιση με τον δείκτη αφυπνίσεων ($r_s=-0.378$, $p<0.001$) και αρνητική συσχέτιση με τον δείκτη ODI, ($r_s=-0.354$, $p<0.001$).** Αυτό σημαίνει ότι όσο υψηλότερες είναι οι τιμές των δύο αυτών δεικτών, τόσο χαμηλότερη είναι η αίσθηση συνοχής που βιώνει ένα άτομο.



ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Οι ασθενείς με σύνδρομο απνοιών στον ύπνο έχουν επηρεασμένη αίσθηση συνοχής, η οποία φαίνεται να διαμορφώνεται από την βαρύτητα του συνδρόμου και την αναπνευστική λειτουργία στην εγρήγορση.

Συνεπώς κρίνεται σημαντικό να λαμβάνεται υπόψη η αίσθηση συνοχής στην αξιολόγηση των επιπτώσεων που προκύπτουν από το ΣΑΥ και στον σχεδιασμό ολοκληρωμένων παρεμβάσεων με στόχο την βελτίωση των κλινικών δεικτών της ψυχοκοινωνικής ενίσχυσης των ασθενών και βελτίωσης της ποιότητας ζωής τους.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Η κακή αναπνευστική λειτουργία στον ύπνο και στην εγρήγορση φαίνεται να συσχετίζονται με την μειωμένη ικανότητα κατανόησης, διαχείρισης και νοηματοδότησης των γεγονότων στη ζωή.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Eriksson, M., Vaandrager, L., & Lindström, B. (Eds.). (2025). *The hitchhiker's guide to salutogenesis: From the Ottawa Charter for health promotion to planetary health*. SpringerCham. <https://doi.org/10.1007/978-3-031-89568-5>