



Obstruktiv søvnapnø og trafiksikkerhed

Møller, Mette

Published in:
Nyhedsbrevet Trafiksikkerhedsforskning

Publication date:
2014

Document Version
Publisher's PDF, also known as Version of record

[Link back to DTU Orbit](#)

Citation (APA):
Møller, M. (2014). Obstruktiv søvnapnø og trafiksikkerhed. *Nyhedsbrevet Trafiksikkerhedsforskning*, 14(4).
<http://www.trafiksikkerhedsforskning.dk/Default.aspx?id=512>

General rights

Copyright and moral rights for the publications made accessible in the public portal are retained by the authors and/or other copyright owners and it is a condition of accessing publications that users recognise and abide by the legal requirements associated with these rights.

- Users may download and print one copy of any publication from the public portal for the purpose of private study or research.
- You may not further distribute the material or use it for any profit-making activity or commercial gain
- You may freely distribute the URL identifying the publication in the public portal

If you believe that this document breaches copyright please contact us providing details, and we will remove access to the work immediately and investigate your claim.

Obstruktiv søvnapnø og trafikksikkerhed

Forskning tyder på, at personer med obstructiv søvnapnø har øget risiko for involvering i færdselsuheld, men der mangler fortsat viden på området. I en europæisk undersøgelse har en gruppe forskere derfor set på forekomsten af forskellige risikofaktorer blandt personer med obstructiv søvnapnø. I undersøgelsen blev der endvidere set på, om der er sammenhæng mellem graden af obstructiv søvnapnø og personens risiko for involvering i et færdselsuheld.

Af seniorforsker Mette Møller

Øget uhedsrisiko

Obstruktiv søvnapnø er en tilstand, der bl.a. medfører stor træthed i dagtimerne som følge af manglende dyb og sammenhængende nattesøvn. På baggrund af internationale undersøgelser skønnes det, at risikoen for at blive involveret i et færdselsuheld er 2-7 gange større for personer med obstructiv søvnapnø end for personer, der ikke har obstructiv søvnapnø. Der er dog stor mangel på viden om sammenhængen mellem obstructiv søvnapnø og involvering i færdselsuheld. Tilsvarende er der mangel på metoder, der på en pålidelig måde kan identificere de personer, der har særlig stor uhedsrisiko, blandt personer med obstructiv søvnapnø.

Undersøgelse blandt personer med obstructiv søvnapnø

I et forsøg på at komme tættere på en forståelse af sammenhængen mellem obstructiv søvnapnø og involvering i færdselsuheld har en gruppe forskere set nærmere på kørevaner og forekomsten af risikofaktorer blandt en gruppe personer med obstructiv søvnapnø. 8476 personer i alderen 18-80 år indgik i undersøgelsen. Alle deltagere var fra ESADA (European Sleep Apnea Database). ESADA er en database, der indeholder oplysninger om personer tilknyttet et af 25 søvncentre i 18 forskellige europæiske lande. I analysen indgik følgende faktorer: 1) generel sundhedstilstand, fx komorbiditet (flere samtidige sygdomsdiagnoser), alkoholforbrug, medicinforbrug og rygning, 2) trafikadfærd, herunder kørekorttype, selvrapporeret antal kørte km pr. år og involvering i færdselsuheld, 3) objektive målinger af deltagerens søvn og vejtrækning i forbindelse med søvn og 4) deltagerens subjektive oplevelse af deres søvn samt træthed i løbet af dagtimerne.



Søvnapnø er unormal vejtrækning under søvnen. Apnø kommer af græsk og betyder "ingen vind".

Personer med søvnapnø har således unormalt lange pauser i vejtrækningen, når de sover, fordi luftpassagen i svælget er nedsat eller ophævet pga. gentagne tillukninger af svælget. Dette kaldes obstructiv søvnapnø.

Resultatet er, at man bevidst eller ubevidst vågner op mange gange i løbet af natten for at få luft. På grund af de talrige opvågninger får man aldrig længerevarende dyb søvn, og det normale søvnmønster bliver ødelagt. Man kan normalt ikke huske de mange opvågninger dagen efter.

Kilde: WWW.søvnapnø.dk

De fleste har kørekort

Analysen viste, at 82 % af personerne i ESADA databasen havde kørekort, svarende til 2482 kvinder og 5994 mænd. 70 % havde kørekorttype A/B. 15 % havde kørekorttype C/D/E. Mændene kørte generelt mere i bil end kvinderne, og dem, der havde kørekort, var generelt yngre, slankere og havde en mildere grad af obstructiv søvnapnø. Lidt over en tredjedel af de mandlige deltagere med kørekort havde obstructiv søvnapnø i svær grad. Blandt de kvindelige deltagere med kørekort var det tilsvarende tal 17 %.

Forekomst af risikofaktorer

Undersøgelsen viste, at udtalt træthed, mindre end 5 timers søvn pr. nat, brug af sovemedicin og en årlig kørselsmængde på 15.000 km eller mere var relateret til øget uhedsrisiko. Undersøgelsen viste endvidere, at mindst en af disse faktorer forekom hos 69 % af de mandlige og 51 % af de kvindelige bilister i undersøgelsen. Endelig viste undersøgelsen, at personer, der foruden obstructiv søvnapnø havde en psykiatrisk diagnose, også havde øget uhedsrisiko.

Kompleks sammenhæng

I modsætning til, hvad man måske ville have forventet, blev der i undersøgelsen kun fundet en svag sammenhæng mellem graden af obstructiv søvnapnø og risikoen for involvering i et færdselsuheld. Ifølge forskerne viser det for det første, at sammenhængen mellem obstructiv søvnapnø og uhedsrisiko er kompleks, således at andre faktorer end søvnapnø alene påvirker trafikanternes uhedsrisiko. For det andet viser det, at det at identificere personer med særlig stor risiko for involvering i færdselsuheld er en vanskelig opgave, der ikke kun kan baseres på den kliniske diagnosticering af obstructiv søvnapnø, men også må inddrage andre relevante faktorer

Kørselsmængde er en vigtig faktor

Forfatterne fremhæver, at undersøgelsen tyder på, at der blandt personer med obstructiv søvnapnø er en overrepræsentation af personer med et højt antal kørte kilometer pr. år. Da undersøgelsen viser, at antal kørte kilometer har betydning for uhedsrisikoen blandt personer med obstructiv søvnapnø, er det derfor relevant i fremtidige studier at prøve at få en bedre forståelse af denne sammenhæng. Forfatterne fremhæver endvidere, at der blandt deltagerne er en sammenhæng mellem livsstilsfaktorer, der er relateret til obstructiv søvnapnø (fx overvægt, rygning og alkohol) og det at køre mange km i motorkøretøj pr. år. På den baggrund anbefaler forfatterne, at kørselsmængde inddrages ved vurdering af risikoen for involvering i et færdselsuheld blandt personer med obstructiv søvnapnø, og at der samtidig gøres en indsats for at få en bedre forståelse af, hvordan fx livsstilsfaktorer påvirker uhedsrisikoen blandt personer med obstructiv søvnapnø.

Kilde:

Karimi, M., Hedner, J., Lombardi, C., McNicholas, W. T., Penzel, T., Riha, R. L., Rodenstein, D., Grote, L. (2014). Driving habits and risk factors for traffic accidents among sleep apnea patients – a European multi-centre cohort study. *Journal of Sleep Research*, 23, 689-699.

