

# Η αφαίρεση των αμυγδαλών στα παιδιά βελτιώνει την ποιότητα του ύπνου τους

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Νέα μελέτη που έγινε από τους επιστήμονες του Vanderbilt University Medical Center των Ηνωμένων Πολιτειών και η οποία δημοσιεύτηκε στο επιστημονικό έντυπο PEDIATRICS της American Academy of Pediatrics έδειξε ότι η αφαίρεση των αμυγδαλών στα παιδιά αυξάνει την ποιότητα του ύπνου τους και μειώνει την πιθανότητα λοίμωξης του ανώτερου αναπνευστικού.

Η μελέτη έδειξε τα οφέλη της αμυγδαλεκτομής ως προς:

- Την ποιότητα του ύπνου,
- Τη γενικότερη ποιότητα ζωής και
- Τη συμπεριφορά των παιδιών, κυρίως κατά τον πρώτο χρόνο μετά από την επέμβαση.

Στις ΗΠΑ, όπως κατέδειξε η μελέτη, περίπου 530.000 παιδιά κάτω των 15 ετών, κατά μέσο όρο, τα τελευταία 17 χρόνια υποβάλλονται σε αμυγδαλεκτομή.

Από αυτά, στο 80% γίνονται λόγω ροχαλητού και υπνικής άπνοιας, ενώ μόλις στο 20% για υποτροπιάζουσες αμυγδαλίτιδες.

Η σαφής βελτίωση όλων των παραπάνω, τουλάχιστον κατά τον πρώτο χρόνο, είναι και το αποτέλεσμα της μελέτης που συνεχίζεται με προοπτική 10ετίας.

Συμπερασματικά οι επιστήμονες επεσήμαναν ότι η αφαίρεση των αμυγδαλών στα παιδιά πρέπει να γίνεται σε μία περίοδο που δεν υπάρχουν πολλές λοιμώξεις στο περιβάλλον, οι οποίες θα μπορούσαν είτε να αναβάλουν την επέμβαση είτε να ταλαιπωρήσουν το παιδί μετεγχειρητικά.

Τέτοια περίοδος είναι κατά τα τέλη Αυγούστου με αρχές Σεπτεμβρίου, πριν από την έναρξη της νέας σχολική περιόδου και των μαθημάτων, καθώς η ανάρρωση από την επέμβαση είναι σύντομη, σύμφωνα με το χειρουργό ωτορινολαρυγγολόγο Μηνά Ν. Αρτόπουλο.

Όπως αναφέρει ο γιατρός, η αμυγδαλεκτομή γίνεται με διπολική διαθερμία, Laser ή ραδιοσυχνότητες και το χειρουργείο διαρκεί περίπου 20-30 λεπτά.

Το παιδί παραμένει στο νοσοκομείο για νοσηλεία μόλις 1 ημέρα και στη συνέχεια επιστρέφει σπίτι του.

Η συνολική ανάρρωση και η επιστροφή του στις καθημερινές του δραστηριότητες δεν ξεπερνά τις 10 με 15 ημέρες.

Η επέμβαση σπάνια έχει επιπλοκές, με κυριότερη την αιμορραγία, γι' αυτό και ακολουθούνται συγκεκριμένες οδηγίες από τον ιατρό.

Όπως αναφέρει ο κ. Αρτόπουλος, οι αμυγδαλές σε συνδυασμό με τα «κρεατάκια» οδηγούν σε ροχαλητό και υπνική άπνοια, λόγω απόφραξης του αεραγωγού κατά τον ύπνο.

Ενώ αποτελούν αποθήκη μικροβίων παλαιότερων λοιμώξεων, με αποτέλεσμα την επέκτασή τους στον κατώτερο αεραγωγό μη αποφεύγοντας πιθανές βρογχίτιδες ή πνευμονίες, κατά την διάρκεια του χειμώνα.

Μια τέτοια κατάσταση ταλαιπωρεί το παιδί και πολλές φορές το αναγκάζει να απουσιάζει από το σχολείο του, ενώ ταυτόχρονα του δημιουργεί ευαισθησία σε λοιμώξεις της τραχείας και των πνευμόνων.

ΠΗΓΗ: [naftemporiki.gr](http://naftemporiki.gr)