**Лечение храпа и остановки дыхания во сне**

*Кому рекомендована программа лечения храпа и остановки дыхания во сне:*

Программу рекомендуется пройти, если вы заметили у себя или своих близких симптомы апноэ: ежедневных храп и остановку дыхания во сне, особенно в сочетании с повышенной утомляемостью, раздражительностью, сонливостью днем и стойким повышенным артериальным давлением.

Также стоит учесть такие сопутствующие факторы:

● избыточная массу тела — индекс массы тела более 26;

● сахарный диабет и метаболический синдром;

● сердечные аритмии;

● гипоксию — кислородное голодание головного мозга;

● нарушение памяти, внимания и интеллекта.

*Противопоказания к прохождению программы:*

● Ишемическая болезнь сердца в острых проявлениях — инфаркт миокарда, нестабильная стенокардия.

● Показания к хирургическому лечению сердечно-сосудистой системы — ИБС, аритмии, эндокардита или пороков сердца.

● Нарушения мозгового кровообращения в острой или подострой стадии.

● Острая или хроническая почечная недостаточность с потребностью в проведении гемодиализа.

● Выраженные анемии, требующие коррекции в срочном порядке.

● Онкологические заболевания, требующие срочного хирургического, лучевого или химиотерапевтического, а также паллиативного лечения.

● Инфекционные болезни, в том числе ОРЗ/ОРВИ.

● Хронические заболевания в стадии обострения, требующие оперативного лечения в ближайшее время.

● Психические расстройства, требующие специализированного лечения или ухода — в том числе, у пожилых людей.