



## Stanchezza durante il giorno

Le apnee notturne e la narcolessia possono compromettere la sicurezza al volante. Le apnee notturne sono dovute al collasso dei muscoli della faringe durante il sonno, con conseguente interruzione della respirazione. Questo disturbo provoca uno stato di sonnolenza e stanchezza durante il giorno. Chi ne soffre rischia di addormentarsi di colpo ed è quindi maggiormente esposto al rischio di incidente.

Anche la narcolessia causa sonnolenza e stanchezza. Chi ne soffre può essere vittima di un colpo di sonno e rischia quindi più di altri di subire un incidente. Anche i farmaci prescritti contro la narcolessia possono alterare la capacità di guida.

- Un forte russamento può essere sintomo di apnee notturne.
- In ogni caso per curarle ci vuole una diagnosi precisa che il medico può formulare solo dopo un periodo di osservazione in un laboratorio del sonno.
- Eventualmente si dovranno prevedere restrizioni alla guida di un autoveicolo.
- Tenga presente che l'efficacia degli espedienti applicati per tenersi svegli al volante è quasi sempre di breve durata.