



# MEDICINA DEL SONNO

Bollettino di Informazione a cura dell'Associazione Italiana di Medicina del Sonno

Numero 3 - Anno 2003

## EDITORIALE

*Che veniamo su questa terra per vivere non è vero; veniamo solo per dormire e per sognare.*

*Poesia Atzeca, anonimo*

L'anno 2003 sta oramai per concludersi e nonostante la paradossale riflessione dell'anonimo azteco anche questo anno si è molto vissuto e lavorato. Senza dubbio la Medicina del Sonno in Italia è in continuo sviluppo e lo testimoniano i sempre più numerosi congressi ed eventi riguardanti l'argomento. Di sonno si parla sempre di più non soltanto dal punto di vista strettamente ipnologico ma anche nel campo della medicina generale, dell'epilettologia ed in ambito sociale. A questo proposito si conferma la validità ed il successo dello Studio Morfeo sull'insonnia i cui risultati stanno per essere pubblicati su Sleep Medicine. Un successo, realizzato grazie anche al sostegno della Sanofi-Synthelabo, che garantirà nel prossimo anno nuove iniziative. Sempre a proposito della diffusione della ricerca sul sonno è da sottolineare il simposio "Sleep and Epilepsy" tenutosi a Lisbona nell'ambito del recente congresso dell'International League Against Epilepsy. I partecipanti erano quasi esclusivamente italiani: questo è un bel riconoscimento alla nostra scuola di neurofisiopatologia. In ambito sociale e lavorativo recentemente a Genova si è tenuta una giornata organizzata dall'Automobile Club Italia dedicata alla sonnolenza ed al rischio di incidenti. A Milano, a Settembre si è svolta la "Settimana della Narcolessia", un'iniziativa dell'Associazione italiana Narcolettici per sen-

sibilizzare medici di base e opinione pubblica. Anche al congresso nazionale della SIN la presenza del sonno ha avuto un riconoscimento ampio ed apprezzato. Insomma tanta carne al fuoco considerando che queste iniziative sono soltanto una parte di numerose altre come ad esempio il Corso di Medicina del Sonno che si è tenuto recentemente presso l'Ospedale Generale Regionale "F. Miulli" ad Acquaviva delle Fonti nell'ambito dell'inaugurazione del nuovo Centro del Sonno.

Tra gli avvenimenti di punta del 2003 va certamente annoverato il 13° Congresso dell'AIMS tenutosi dal 26 al 29 ottobre a Torino, un evento di grande spessore scientifico organizzato da Roberto Mutani e dai suoi validi collaboratori, che verrà ricordato come uno dei più signorili e stimolanti. In questo numero, Alessandro Cicolin, infaticabile protagonista del congresso, ci fa rivivere in maniera esilarante i retroscena dell'evento.

Al congresso di Torino è stato eletto dall'assemblea il nuovo Consiglio Direttivo, una squadra multidisciplinare ed affiatata da anni di collaborazione e scambi, che nel prossimo triennio avrà il difficile compito di consolidare e rafforzare l'immagine dell'AIMS per lo sviluppo della medicina del sonno. In un momento così delicato della vita economica e civile del nostro paese non sarà certo agevole, ma trattandosi di una disciplina clinica che riguarda un aspetto fondamentale della vita e del benessere dell'individuo non potrà in ogni caso essere negata o elusa. E poi, a voler dar ragione al nostro cantore azteco, sonno e sogno sono davvero il succo della vita.

*Liborio Parrino e Lino Nobili*

Editoriale	pag.	1
13th National Congress of Italian Sleep Medicine Association	pag.	2
Recensioni	pag.	4
Nuovo Consiglio Direttivo	pag.	7

Direttore Responsabile:  
Luigi Ferini-Strambi

Coordinamento Editoriale:  
Liborio Parrino<sup>1</sup> e Lino Nobili<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Istituto di Neurologia, Università  
Strada del Quartiere, 4 - 43100 Parma  
tel. e fax 0521-287913

<sup>2</sup>Centro di Ipnologia, Ospedale S. Martino  
Piazza Benzi - 12126 Genova  
tel. 010-3537460 - fax 010-3537699

Comitato di Redazione: Maria Rosaria Bonsignore (Palermo),  
Maria Casagrande (Roma), Giacomo Della Marca (Roma),  
Pierluigi Dolso (Udine), Angelo Gemignani (Pisa),  
Massimo Raffaele (Messina), Onofrio Resta (Bari, Foggia).



## The making of the "13th National Congress of Italian Sleep Medicine Association" (ovvero i retroscena di un Congresso)

Torino 26-29 ottobre 2003

### Introduzione

È prassi che ogni anno gli appassionati di sonno si ritrovino in una città scelta dalla sorte a discutere, più o meno pubblicamente, di ciò che si è fatto e di ciò che si vorrebbe fare... e così, nell'autunno del 2002, è stata designata Torino.

Già,... peccato che la medesima idea l'abbiano avuta quelli del Comitato Olimpico. Così, tra buchi e cantieri, in una Torino sempre più simile a Beirut, ci siamo trovati ad organizzare il XIII Congresso dell' AIMS, pensando che, in fin dei conti, avevamo davanti due anni per pensarci ed organizzar...ci.

Poco dopo (pochi  $\mu$ S) ci siamo ritrovati a Perugia e qualche preoccupazione ha incominciato a farsi strada, nel vedere Alberti con i pattini a rotelle. Ma in fondo mancavano ancora 12 lunghi mesi, anzi 11, no 10 (oddio è Natale), ma incidenti ne mancano solo 9...8...7 mesi (sarà meglio che facciamo qualcosa), e finalmente ci siamo messi al lavoro, soprattutto perché il Direttivo voleva sapere qualcosa del programma e perché nessuno di noi voleva saltare le ferie (come minacciava il capo).

### Materiali e metodi

Il primo punto è stato definire le tematiche principali (che nei congressi importanti si chiamano "topics"), possibilmente originali e che gratificassero quella vena di sano narcisismo che ciascuno di noi possiede. Per quanto riguardava il narcisismo patologico abbiamo stabilito a priori che andava frustrato! E così abbiamo recuperato su internet i programmi dei Congressi passati e ci siamo subito accorti che proprio originale, il nostro Congresso, non avrebbe potuto essere (d'altra parte i disturbi del sonno sono quelli che sono e non si poteva stravolgere la classificazione

internazionale). In definitiva il primo punto coincideva con il primo compromesso!

Alcune epoche dopo (TIB e TST significativamente ridotti) ci siamo accorti di un insignificante problema che avrebbe potuto risultare fatale per noi tutti e per i nostri familiari: era arrivato per email il preventivo della Segreteria Organizzativa ed il rischio era la bancarotta (ma lo immaginate un bimbo di 5 anni vivere sotto un ponte?!). I soldi, presto, ...dove sono i soldi? Dov' è la fila di sponsor che non aspetta altro che "scucire" qualche decina di migliaia di Euro? Perché nessuno ci aveva spiegato che bisognava convincerli?

E l' ammirazione per i precedenti organizzatori è cresciuta ancora un poco ed il "salasso" è iniziato!

Dell' intera organizzazione del Congresso un elemento mi risultava particolarmente gradito: l' aspetto culinario! Abbiamo iniziato la selezione dei locali e ... sorpresa! "scusi Cicolin, non vorrà mica provarli tutti?!" mi ha detto Mutani. Così siamo andati sulla fiducia e sugli ormai antichi ricordi (che, si sa, reggono meglio della memoria a breve termine). Nel frattempo ho incominciato ad abituarli al collare, dal momento che i cani da tartufi hanno sul mercato quotazioni più elevate dei medici.

Un ultimo punto poteva risultare ostico: l' organizzazione delle iscrizioni e la pubblicazione degli atti. Perché non dare una svolta ed aprire all' informatica? Detto fatto: ecco il sito, il form per la presentazione degli abstract e per le iscrizioni (tutto rigorosamente on line naturalmente: noi siamo moderni!). Così nella concitazione di un settembre già normalmente febbrile ho deciso di farmi un impianto cocleare collegato al telefonino (ed un'area visiva per i fax) così da poter dare retta a tutti quelli che avevano difficoltà con l' html. Poi la RAM limitata ed il microprocessore lento di cui mamma mi ha dotato hanno fatto il resto (ed ecco spiegate le omissioni dal libro degli atti!).

Nel frattempo le ore passavano, gli occhi insonni sbarrati nel buio della notte, i pensieri prevalenti notturni e diurni, il dubbio ossessivo... hanno aumentato l' empatia con i pazienti

insonni e giuro che ho pensato più di una volta agli SSRI!

In questo stato d'animo siamo arrivati alla vigilia del Congresso: ...3, ...2, ...1, pronti, VIA.

### Risultati

Il 25 ottobre iniziano gli esami per esperto (ma cosa vuol dire "esperto"?): prova scritta (...ma ...ma stanno copiando!); manca l' aula, anzi due, no: meglio tre, così diamo più tempo alle commissioni per torturare i candidati! I computer per la prova pratica: "ma chi le doveva portare?" (arriverà poco dopo una montagna di tracciati con sotto due gambe). La carneficina, lacrime e sangue, hanno termine solo il giorno dopo: la cittadina ha retto all' assalto! Il tutto cadenzato dalle prove di canto di una confraternita religiosa.

Breve pausa, durante la quale si riassetta il campo di battaglia e poi via, sulla scia di sangue, con il corso di aggiornamento sulle tematiche medicolegali e forensi che molta curiosità ha suscitato nei media (cosa non bisogna fare per attirare l' attenzione della gente sui disturbi del sonno!). Sempre in tema ematico si è aperta la campagna elettorale che avrebbe accompagnato il Congresso (ma già nell' aria si alzava il profumo dei tarallucci).

I tre giorni successivi sono stati un continuo alternarsi di giornate per medici, per tecnici, per infermieri, incontri a tema, comunicazioni libere, sessioni plenarie e parallele, non soltanto per gli uditori, ma anche per i relatori (mi è sembrato di vederne uno lievemente cianotico durante una corsa tra una sala ed un'altra: ... immediatamente ho realizzato che non avevamo previsto il materiale da rianimazione!). D' altra parte "sessioni parallele" vuol dire anche questo: il relatore deve evolversi o, con questa tipologia di congressi, si estinguerà inevitabilmente!

Unica vera pausa è stata la cena sociale, strategicamente prevista per la serata di martedì 28, dopo le elezioni, dove sono finalmente comparsi i "preannusati" tarallucci (con un papa finalmente rilassato ed un cardinale benedicente), dopo un' attesa spasmodica, durante la quale i com-



mensali, oltre a commentare i raccapriccianti ritratti dei trisavoli dei Marchesi di Barolo, hanno tentato di adattare tavoli e stoviglie.

A terminare, il mercoledì, una catartica e simbolica sessione su "sonno e coma" a seguito della quale ho compreso che non erano completamente perse le speranze, in senso prognostico, di una ripresa della vita quotidiana.

### Discussione e conclusioni

E' difficile fare un bilancio preciso del Congresso. Sul piano scientifico possiamo affermare che i contributi scientifici e l'impegno dei partecipanti sono stati notevoli, non soltanto per quanto riguarda le sessioni ad invito, ma anche per le sessioni riservate alle comunicazioni libere. Unico

rammarico l'obbligo di scelta tra le diverse sessioni, che ha gettato alcuni nella più cupa disperazione ed ha inevitabilmente svuotato le sale riducendo la necessaria e costruttiva discussione dei contributi.

Sul piano organizzativo il limite di una città "bombardata" non ha determinato significative difficoltà, se si escludono alcuni giri viziosi compiuti dalle navette in occasione della cena sociale. Peraltro i sensi unici sono stati appositamente organizzati dal Comune per il Comitato Olimpico al fine di mostrare il salotto buono della città (nascosto dalle impalcature). Inoltre, vista la crisi del settore automobilistico, al fine di non determinare una riduzione dell'inquinamento, il compartimento comunale per la viabilità ha pensato di incrementare le percorrenze.

Un ringraziamento non ironico a

tutte le persone che hanno contribuito al Congresso in senso scientifico ed organizzativo. Al Direttivo dell'AIMS che ha consentito la messa a punto di un programma di elevato valore scientifico. Alla Segreteria Organizzativa che ci ha infilato il paraocchi e tirato ripetutamente le redini. Al Prof. Mutani che ha saputo gestire l'ansia che gli ho ingenerato. In ultimo, a tutti i Collaboratori del Centro di Medicina del Sonno di Torino che hanno fisicamente e psicologicamente tirato il carretto congressuale, gestendo l'organizzazione, la routine clinica ed il sottoscritto.

E' stata un' esperienza realmente appagante, che ci ha onorato, che ci ha fatto incontrare nuovi e vecchi amici nell' ambito di una passione comune, ma adesso basta così...auguri Alberto & Co!!!!

*Alessandro Cicolin*



**Sleep Apnea. Pathogenesis, Diagnosis, and Treatment.**

**Editor: Allan I. Pack**

**Lung Biology in Health and Disease, Volume 166**

**Marcel Dekker, New York, 2002, pp. 702**

Questo libro segue altri volumi dedicati al sonno pubblicati in questa serie dedicata alla ricerca biologica in campo respiratorio. Il primo volume (*Sleep and Breathing*, vol. 21) fu pubblicato nel 1984, e successivamente aggiornato nel 1994 (vol. 71). Più recentemente, altri volumi hanno riguardato le implicazioni cardiovascolari dell'apnea nel sonno (vol. 146) e i problemi respiratori nel sonno in età pediatrica (vol. 147). Il volume edito da Allan Pack, lungi dal rappresentare un ulteriore contributo sull'argomento, puntualizza gli aspetti attuali della problematica dell'apnea nel sonno, con particolare riguardo alle nuove conoscenze e risorse tecnologiche di potenziale impatto diagnostico e clinico. E' pertanto un libro dedicato a lettori a prevalente orientamento clinico, interessati alla conoscenza dei diversi aspetti fisiopatologici dell'apnea nel sonno.

L'indice è abbastanza tradizionale,

ma la trattazione dei problemi è accurata ed aggiornata. Per esempio, le nuove tecnologie di imaging occupano un posto di rilievo, non soltanto nell'analisi dell'anatomia delle vie aeree superiori, ma anche nella trattazione delle conseguenze funzionali del sonno, e della deprivazione di sonno, a livello cerebrale. I capitoli sulla fisiologia e fisiopatologia delle vie aeree riportano in modo conciso le conoscenze attuali su questo complicato argomento, e saranno utili sia per il clinico che per il ricercatore. Similmente, l'analisi dei fattori muscolari nell'apnea ostruttiva include il rimodellamento delle vie aeree conseguente alla malattia, e il suo potenziale impatto sul trattamento. Argomenti "nuovi" sono la genetica dell'OSAS, e il ruolo delle citochine nella patogenesi della sonnolenza diurna, utili soprattutto nel fornire al lettore un quadro di riferimento allo scopo di inquadrare i futuri sviluppi della ricerca.

Lo spazio dedicato alle conseguenze cardiovascolari e neuroendocrine delle apnee nel sonno è limitato agli aspetti clinicamente rilevanti, vista l'ampia trattazione dell'argomento nel precedente volume; un capitolo descrive infine i modelli sperimentali utilizzati nello studio

degli effetti cardiovascolari delle apnee ostruttive.

La trattazione degli aspetti diagnostici dell'OSAS si concentra sul ruolo del monitoraggio notturno semplificato rispetto al "gold standard" rappresentato dalla polissonnografia completa, e ne valuta criticamente i pro ed i contro. Questo capitolo è molto utile per l'uso corretto delle metodiche di largo uso clinico per il monitoraggio cardiorespiratorio nel sonno.

Gli ultimi capitoli riguardano il trattamento, in particolare alcuni problemi attuali nella terapia dell'OSAS (dai nuovi sviluppi dei ventilatori a pressione positiva insieme ai problemi di aderenza al trattamento, fino alle oral appliances e alla chirurgia delle vie aeree superiori). Infine, anche il possibile ruolo di farmaci, tradizionalmente considerato minore nella terapia di pazienti con apnee nel sonno, è preso in considerazione.

In sintesi, questo volume appare equilibrato nelle sue componenti, e multidisciplinare nell'approccio ai problemi del paziente con sindrome dell'apnea nel sonno. I lettori troveranno utili spunti di curiosità e riflessione sia per la pratica che per la ricerca clinica.

*Marisa Monsignore*



**Gianluca Ficca, Piero Salzarulo**  
**Lo sbadiglio dello struzzo. Psicologia**  
**e biologia dello sbadiglio**  
**Bollati Boringhieri, 2002, pp. 89**

Lo sbadiglio è un comportamento presente nell'uomo in tutte le fasi del suo sviluppo e lo si può osservare anche in numerose altre specie animali. Può essere la manifestazione di una risposta a richieste provenienti sia dall'interno che dall'ambiente esterno, il modo di comunicare una sensazione di rilassamento, di benessere o di esprimere la necessità di mantenersi sveglio. Lo sbadiglio interessa la respirazione ed il sistema neurovegetativo. "Sbadigliare scaccia l'aria cattiva dai polmoni e indirizza il flusso sanguigno verso il cervello" diceva Ippocrate quando dello

sbadiglio si conosceva poco o nulla. L'argomento è stato poco indagato dalla ricerca scientifica ed attualmente, per quanto siano noti alcuni ormoni e neurotrasmettitori coinvolti nella sua produzione e si riconoscano alla base della sua regolazione componenti volontarie ed involontarie, restano ancora molti aspetti misteriosi. Uno di questi ad esempio è la sua nota "contagiosità"; è comune esperienza sbadigliare quando qualcun altro lo fa. D'altra parte, in alcune specie animali, come ad esempio nello struzzo, lo sbadiglio sembra essere l'espressione di un messaggio "...siamo fuori pericolo....si può dormire". La comprensione di tale fenomeno passa quindi attraverso studi che coinvolgono la neurofisiologia e la medicina in generale, la psicologia, la

biologia, l'etologia e l'antropologia. In questo volume Gianluca Ficca e Piero Salzarulo esplorano la psico-fisiologia e la biologia di tale comportamento complesso utilizzando sia dati provenienti dalla letteratura scientifica che osservazioni derivate dall'ambito letterario ed artistico. Ne esce un libro interessante ed allo stesso tempo divertente che risponde a molte domande sull'origine ed i meccanismi alla base di tale fenomeno. Il libro è anche corredato da tavole fuori testo con fotografie che mostrano ippopotami, coccodrilli e dobermann intenti a sbadigliare, bambini che sbadigliano quando ancora sono nell'utero materno e personaggi "sbadiglianti" raffigurati in quadri di Munch, Bruegel e Degas. Un libro anche per i non addetti ai lavori.



**SLEEP. Physiology, Investigations and Medicine.**

**Edited by Michel Billiard.**

**Kluwer Academic/Plenum Publishers, New York 2003, pp. 764**

Versione aggiornata delle precedenti edizioni in lingua francese *Le Sommeil normal et pathologique: troubles du sommeil et de l'éveil* (Masson, Paris 1994, 1998) questo manuale affronta in maniera completa ed esaustiva le tematiche fondamentali del sonno e dei suoi disturbi: fisiologia, procedure diagnostiche dei disturbi del sonno e della veglia, malattie internistiche associate a o aggravate dal sonno, variazioni del sonno legate all'età e all'invecchiamento. L'opera ha un taglio di ampio respiro ed è dedicata a lettori che desiderano avere notizie cliniche aggiornate sulla medicina del sonno.

La prima parte esplora il sonno normale nell'adulto e nei bambini con capitoli aggiornati sulla microstruttura del sonno, sulle aree cerebrali ed i

neurotrasmettitori coinvolti nella regolazione del ritmo sonno-veglia, sulla secrezione ormonale, la genetica molecolare e il ruolo della melatonina. La sessione si chiude con un capitolo sull'attività onirica e mentale durante il sonno.

L'uso della polisonnografia come procedura diagnostica fondamentale apre la seconda parte del libro. In questa sessione viene presentata l'applicazione dei sistemi ambulatoriali e una rassegna sui diversi prodotti disponibili in commercio. I capitoli sullo scoring visivo e l'analisi automatica e i test per la valutazione della sonnolenza e della vigilanza concludono la sessione.

Il corpo centrale del manuale è dedicato alle malattie del sonno: insonnia, ipersonnia, disturbi del ritmo circadiano, parasonnie. I vari trattamenti farmacologici sono diffusamente illustrati e non sono trascurati i rimedi non-farmacologici. La sessione sulla ipersonnia comprende la sindrome delle apnee ostruttive (SAS) e la narcolessia ma anche l'ipersonno-

lenza provocata da medicinali. Le tecniche chirurgiche per il trattamento della SAS sono descritte in dettaglio. Il capitolo sul turnismo è conciso ed essenziale mentre la discussione sulla sindrome da ritardo di fase è dettagliata.

Le malattie internistiche associate a o aggravate dal sonno comprendono il russamento, varie patologie d'organo e i pattern motori anomali. I disturbi dell'umore, le lesioni organiche del sistema nervoso centrale, le patologie autonome e la fibromialgia sono discussi nella sessione finale, dove vengono offerti al lettore anche i questionari più importanti per valutare l'insonnia, l'ipersonnia, i disturbi dell'umore e disturbi del ritmo circadiano.

Il manuale, realizzato grazie all'opera di oltre 70 autori sotto la regia di Michel Billiard, comprende un'ampia rassegna bibliografica ed un glossario dei termini. Un testo autorevole e prezioso che può essere raccomandato anche per preparare l'esame di esperto del sonno.

La nuova pagina web dell'A.I.M.S. è:  
<http://www.sonnomed.it>



## ELENCO DEI COMPONENTI DEL CONSIGLIO DIRETTIVO ELETTO A TORINO

<i>Presidente Onorario</i>	<b>Elio Lugaresi</b>
<i>Past President</i>	<b>Fabio Cirignotta</b>
<i>Presidente</i>	<b>Franco Michele Puca</b> Policlinico Clinica Neurologica I Centro per lo Studio dei Disturbi del Sonno Piazza G. Cesare 11 70124 Bari Tel. 080/5592331 Fax 080/5478532 - 5593079 <a href="mailto:f.m.puca@neurol.uniba.it">f.m.puca@neurol.uniba.it</a>
<i>Vice Presidente</i>	<b>Luigi Ferini-Strambi</b> Centro per i Disturbi del Sonno Istituto Scientifico Ospedale S. Raffaele Via Stamira D'Ancona 20 20127 Milano Tel. 02/26433383 - 3358 Fax 02/26433394 <a href="mailto:ferinistrambi.luigi@hsr.it">ferinistrambi.luigi@hsr.it</a>
<i>Segretario</i>	<b>Franco Ferrillo</b> Servizio di Neurofisiopatologia Dipartimento di Scienze Motorie Ospedale San Martino Largo Rosanna Benzi 10 10126 Genova Tel. 010/3537460-65 Fax 010/3537699 <a href="mailto:fifi@dism.unige.it">fifi@dism.unige.it</a>
<i>Tesoriere</i>	<b>Mario Guazzelli</b> Dipartimento di Psichiatria, Neurobiologia, Farmacologia e Biotecnologie Clinica Psichiatrica Via Roma 67 56100 Pisa Tel. 050/992658 Fax 050/21581 <a href="mailto:m.guazzelli@psico.med.unipi.it">m.guazzelli@psico.med.unipi.it</a>
<i>Consiglieri</i>	<b>Enrica Bonanni</b> <a href="mailto:e.bonanni@neuro.med.unipi.it">e.bonanni@neuro.med.unipi.it</a> <b>Alberto Braghiroli</b> <a href="mailto:abraghiroli@fsm.it">abraghiroli@fsm.it</a> <b>Oliviero Bruni</b> <a href="mailto:Oliviero.Bruni@uniroma1.it">Oliviero.Bruni@uniroma1.it</a> <b>Raffaele Ferri</b> <a href="mailto:rferri@oasi.en.it">rferri@oasi.en.it</a> <b>Gian Luigi Gigli</b> <a href="mailto:gigli.gianluigi@aoud.sanita.fvg.it">gigli.gianluigi@aoud.sanita.fvg.it</a> <b>Susanna Mondini</b> <a href="mailto:smondini@orsola-malpighi.med.unibo.it">smondini@orsola-malpighi.med.unibo.it</a> <b>Liborio Parrino</b> <a href="mailto:liborio.parrino@unipr.it">liborio.parrino@unipr.it</a> <b>Claudio Vicini</b> <a href="mailto:cvicini1@interfree.it">cvicini1@interfree.it</a> <b>Marco Zucconi</b> <a href="mailto:zucconi.marco@hsr.it">zucconi.marco@hsr.it</a>

