



## Hoitamaton uniapnea kuormittaa terveyttä ja taloutta

*Lehdistötiedote 18.9.2025 klo 10.00*

**Uniapnea on yleinen sairaus, joka voi jo lievänä vaikuttaa elämänlaatuun ja toimintakykyyn merkittävästi. Hoitamaton uniapnea aiheuttaa vuosittain merkittäviä kustannuksia yhteiskunnalle ja altistaa monille muille sairauksille. Arviolta jopa joka viides suomalainen sairastaa uniapneaa.**

Uniapneaa sairastavan hengitys on yöllä ahdasta. Taudista kärsivällä voi olla myös toistuvia veren happipitoisuuden laskuja yön aikana.

Unen Pihlajalinnan vastaavan lääkärin **Miikka Peltomaan** mukaan uniapneasta voidaan sen yleisyyden ja vaikutusten perusteella puhua jo kansantautina.

”On arvioitu, että lähes joka viides suomalainen kärsii uniapneasta, mutta moni heistä tietämättään. Toistuvat happipitoisuuden laskut ovat terveydelle haitallisia ja vaikuttavat kehossa monella tavalla. Lieväkin uniapnea voi olla haitata elämää ja vaikuttaa monen muun sairauden syntyyn, joten uniapnea olisi tärkeää tunnistaa ja hoitaa ajoissa.”

Peltomaan mukaan uniapnea voi nostaa verenpainetta ja vaikuttaa esimerkiksi verenpainetaudin tai kakkostyyppin diabeteksen taustalla. Lisäksi uniapnea on yhteydessä muun muassa sydän- ja verisuonitautien riskiin.

”Uniapnea on kallis tauti hoitaa huonosti. Sen hoito on aina huomattavasti edullisempaa kuin kustannukset, joita hoitamaton uniapnea aiheuttaa potilaalle itselleen, työnantajalle, terveydenhuollolle ja koko yhteiskunnalle. Yhden hoitamattoman uniapneapotilaan kustannukset ovat arviolta useita tuhansia euroja vuodessa. Hoitamaton uniapnea altistaa muille sairauksille, lisää sairauspoissaoloja sekä kasvattaa tapaturma- ja liikenneonnettomuusalttiutta”, Peltomaa kertoo.

Peltomaa korostaa, että uniapnean hoitoon löytyy monia kustannustehokkaita keinoja. Hoitoon käytetään esimerkiksi suuhun laitettavia uniapneakiskoja, asentohoitoa tai ylipainehengitys- eli CPAP-hoitoa.

### **Oireet vaikeita tunnistaa**

Uniapnean tunnistamista vaikeuttaa se, että oireet voivat joskus olla niin epämääräisiä, ettei niitä välttämättä edes huomaa. Oireet sekoittuvat usein muihin sairauksiin.

”Uniapnea syntyy usein hitaasti ajan kuluessa. Kun alkaa hiljalleen nukkua huonommin ja väsyä, oloon tottuu ja sen ajatellaan olevan normaalia. Monissa tapauksissa uniapnea huomataan sattumalta, kun lääkäriin tullaan muiden oireiden vuoksi”, Peltomaa kertoo.

Esimerkiksi aamuinen päänsärky tai yöllinen virtsaamisen tarve voivat olla merkkejä uniapneasta.

”Usein kuorsaus yhdistetään uniapneaan, mutta kuorsata voi myös ilman uniapneaa ja uniapneaa sairastaa ilman kuorsaamista. Koska uniapneaa sairastava ei välttämättä tiedä yöllisistä hengityskatkoksistaan, etsitään oireille usein muita selityksiä. Esimerkiksi päänsärky saatetaan kuitata huonon tyynyn aiheuttamilla jumeilla ja yölliset vessakäynnit liialla vedenjuonnilla. Väsymys tai työssä jaksamisen vaikeudet voivat selittyä työn kuormituksella, eikä oireiden vuoksi välttämättä hakeuduta lainkaan tutkimuksiin”, Peltomaa kertoo.

Peltomaan mukaan uniapneadiagnoosi tulee usein helpotuksena, kun pitkään jatkuneisiin oireisiin saadaan selitys ja oikeanlaista apua.

”Uniapnealääkärin työssä vaikuttavimpia hetkiä on, kun potilaat ovat hoitoa saatuaan kokeneet olevansa taas omia itsejään. Uniapneaan löytyy paljon hyviä hoitokeinoja ja esimerkiksi me Unen Pihlajalinnassa osaamme auttaa ja autamme mielellämme”, Peltomaa summaa.

#### **Lisätiedot:**

Sanna Lahtonen, viestintäpäällikkö, Pihlajalinna  
+358 50 576 1609, [sanna.lahtonen@pihlajalinna.fi](mailto:sanna.lahtonen@pihlajalinna.fi)

#### **Pihlajalinna lyhyesti**

Pihlajalinna on terveydenhuollon uudistaja, joka rakentaa vaikuttavia hoitopolkuja ja toimialan vetovoimaisinta yrityskulttuuria. Pihlajalinna tarjoaa asiakaslähtöisiä ja tuloksellisia palvelumalleja kumppaneilleen: vakuutusyhtiöille, yrityksille ja hyvinvointialueille. Konsernilla on kattavat ja laadukkaat lääkärikeskus-, sairaala- ja etäpalvelut, työterveyspalvelut sekä vaikuttavia sosiaali- ja terveydenhuollon ratkaisuja julkiselle sektorille. Pihlajalinnalla työskentelee noin 6 500 työntekijää ja 2 200 ammatinharjoittajaa. Vuonna 2024 Pihlajalinnan liikevaihto oli 704 miljoonaa euroa. Pihlajalinnan osakkeet on listattu Nasdaq Helsinki Oy:ssä. Lue lisää [www.pihlajalinna.fi](http://www.pihlajalinna.fi).