



Türkiye  
Solunum  
Araştırmaları  
Derneği

# UYKU

## BÜLTENİ



# UYKU TIBBİ RADARI Q1-2026

Ocak-Nisan 2026

Türkiye Solunum Araştırmaları Derneği Uyku Bozuklukları Çalışma grubu olarak ulusal ve global ölçekte uyku tıbbi alanında öne çıkan bilimsel faaliyetleri özetlemek adına "Uyku Tıbbi Radarı" isimli bültenimizi 4 aylık periyotlarda sizlerle paylaşacağız.

## Öne çıkan Toplantılar

Ocak ayında ERS ve ATS'nin iki güzel webinarı ile 2026'ya giriş yaptık. İlki 13 Ocak'da düzenlenen "Year in review on sleep disordered breathing" isimli ERS webinarında uyku tıbbi alanındaki gelişmeler özetlendi:

Özet bilgiler...	Meraklısına öneriler...
<p>-OSA'da <b>intermitanant hipoksi ile tetiklenen Ferropitozis</b>'in oksidatif hücre hasarında rol oynayan önemli bir mekanizma olduğu vurgulandı. Bu yeni tanımlanan patojenik mekanizma üzerinden yeni tedavi ajanları olarak hidrojen, tempol ve antraric asitin oksidatif stresin etkilerini azalttığını gösteren çalışmalar özetlendi.</p>	<p>Zeng X, Zhang N. Ferroptosis as a Potential Mechanism in the Pathophysiology of Obstructive Sleep Apnea Syndrome. <i>Nat Sci Sleep</i>. 2025;17:3033-3051. Published 2025 Nov 22. doi:10.2147/NSS.S549883</p> <p>*Chen Q, Jiang D, He J, Sun M. Hydrogen rescues vascular endothelial cells in obstructive sleep apnea-hypopnea syndrome by modulating nitric oxide. <i>J Thorac Dis</i>. 2025;17(11):9598-9609. doi:10.21037/jtd-2025-1345</p> <p>*Li R, Qin R, Liu Z, He X, Li D, Ai L. Tempol suppresses ferroptosis and relieves chronic intermittent hypoxia-induced lung injury through the inhibition of TLR4 and activation of the Nrf2/GSH axis. <i>Tissue Cell</i>. 2026;98:103225. doi:10.1016/j.tice.2025.103225</p> <p>* Chen J, Zhou L, Li M, et al. Atraric acid attenuates chronic intermittent hypoxia-induced lung injury by inhibiting ferroptosis through activation of the NRF2 pathway. <i>Toxicol Appl Pharmacol</i>. 2025;504:117540. doi:10.1016/j.taap.2025.117540</p>
<p>-<b>Mikrobiyota</b> ve uyku apnesi arasındaki potansiyel çift yönlü ilişki üzerinde duruldu. Uykunun düzenlenmesi ve fonksiyonuyla ilgili bağırsak-beyin iletişimini sağlayan hücre dışı vezikülleri ve mikrobiyotayı hedefleyen yeni terapötik ajanlar gündemde idi.</p>	<p>Hicks R, Gozal D, Ahmed S, Khalyfa A. Interplay between gut microbiota and exosome dynamics in sleep apnea. <i>Sleep Med</i>. 2025;131:106493. doi:10.1016/j.sleep.2025.106493</p>
<p>-Pozitif hava yolu basıncı tedavisinin <b>hem genel mortalite hem de kardiyovasküler mortaliteyi önemli ölçüde azalttığını</b> kanıtlayan bir metaanaliz paylaşıldı. Kontrolsüz hipertansiyon vakalarında PAP tedavisi ile kan basıncındaki azalmanın, kontrol altındaki hipertansiyon olgularına göre daha belirgin olduğu başka bir metaanaliz ile gösterildi.</p>	<p>* Benjafield AV, Pepin JL, Cistulli PA, et al. Positive airway pressure therapy and all-cause and cardiovascular mortality in people with obstructive sleep apnoea: a systematic review and meta-analysis of randomised controlled trials and confounder-adjusted, non-randomised controlled studies. <i>Lancet Respir Med</i>. 2025;13(5):403-413. doi:10.1016/S2213-2600(25)00002-5</p> <p>* Pengo MF, Schwarz EI, Barbé F, et al. Effect of CPAP therapy on blood pressure in patients with obstructive sleep apnoea: a worldwide individual patient data meta-analysis. <i>Eur Respir J</i>. 2025;65(1):2400837. doi:10.1183/13993003.00837-2024</p>



-Karbonik anhidraz inhibitörü olan **Sultiam**'ın Faz 2 çalışma sonuçlarına göre OSA'daki noktürnal hipoksemi, uyku kalitesi ve gündüz aşırı uyku halinde doz bağımlı olumlu etkileri olduğu gösterildi.

\*Randerath W, Grote L, Stenlöf K, et al. Sultiame once per day in obstructive sleep apnoea (FLOW): a multicentre, randomised, double-blind, placebo-controlled, dose-finding, phase 2 trial. *Lancet*. 2025;406(10514):1983-1992. doi:10.1016/S0140-6736(25)01196-1

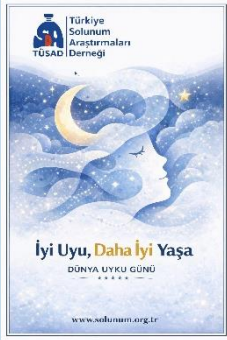
-2025'te Amerikan Uyku Tıbbı Derneği'nin yayınladığı "Erişkinlerde **Santral Uyku Apne Tedavisi**" rehberi ve ERS-ESRS'nin ortak yayınladığı "**ASV İle Santral Uyku Apnesi Tedavisi**" bildirisi özetlendi. Bu iki rehberin sonuçları doğrultusunda ASV'nin santral uyku apnesi için uygun hastalarda ve deneyimli merkezlerde bir tedavi seçeneği olduğu mesajı verildi.

\*Badr MS, Khayat RN, Allam JS, et al. Treatment of central sleep apnea in adults: an American Academy of Sleep Medicine clinical practice guideline. *J Clin Sleep Med*. 2025;21(12):2181-2191. doi:10.5664/jcsm.11858

\*Randerath WJ, Schiza SE, Arzt M, et al. European Respiratory Society and European Sleep Research Society statement on the treatment of central sleep apnoea with adaptive servo-ventilation. *Eur Respir J*. 2025;66(2):2500263. Published 2025 Aug 22. doi:10.1183/13993003.00263-2025

-14 Ocak tarihli ERS-ATS ortak webinarında da santral uyku apnesinde ASV'nin kullanım alanları ayrıntılı olarak anlatıldı.

## Ulusal faaliyetler



Dünya Uyku Günü için "İyi Uyu Daha İyi Yaşa" mottosu altında uyku bozuklukları hakkında farkındalık oluşturmak için çalışma grubu olarak etkinlikler düzenledik:



12 Martta "Modern Çağın Uykusuzluk Epidemisi" konulu webinarımızda çalışma grubu başkanımız Prof. Dr. Handan İnönü Köseoğlu "COMİSA" ile ilgili ve Prof. Dr Hüseyin Lakadamyalı "Ekran süresinin uyku sağlığı üzerine etkisi" ile ilgili sunumlar yaptılar.

## Anahtar mesajlar "COMISA"

- Kronik insomnia genel nüfusun yaklaşık %6-10'unu etkileyen önemli bir uyku bozukluğudur.
- OSA ve insomnia %40 birliktelik gösterir (COMISA)
- COMISA; uyku kalitesinde bozulma, yaşam kalitesinde azalma, kardiyovasküler-metabolik bozukluklar ve mortalitede artış ile ilişkilidir

## Anahtar mesajlar "Ekran Süresi"

- Türkiye'de ekran maruziyeti çok yüksek ve yaygın bir halk sağlığı sorunudur.
- Artan ekran süresi uykuyu hem miktar hem kalite açısından bozmaktadır.
- Etkiler yalnızca uyku ile sınırlı değil; geniş bir kardiyometabolik ve nöropsikiyatrik yük oluşturuyor.

23 Mart'ta aynı anda 5 farklı hastanede uyku sağlığı konusunda farkındalık oluşturmak için açtığımız standlarda birçok kişiye insomnia ağırlık indeksi anketi uygulandı, hastalarımıza gerekli yönlendirmeler yapıldı. Bu anketlerin sonuçları ilerde paylaşılacaktır.



## Yaklaşan Uyku Tıbbi Etkinlikleri

- 1) 14 Nisan 2026, 17:00 (İstanbul) European Sleep Research Society (ESRS) webinarı  
"Beyond the Sleep Lab: Wearables, the Present and the Future of Sleep Research"
- 2) Uyku Derneği Uyku Bozuklukları Kongresi, 18-21 Ekim 2026, KKTC
- 3) ESRS 28. Kongresi Sleep Europe 2026, 20-23 Ekim 2026, Hollanda



## TÜSAD Uyku Bozuklukları ÇG \_Son yayınlar

Son 2 yılda yayınlanmış makalelerinizi burden paylaşabiliriz. Paylaşılmasını istediğiniz makaleleriniz için TÜSAD Uyku Bozuklukları Çalışma Grubuna üye olup bizimle iletişime geçiniz.

([info@solunum.org.tr](mailto:info@solunum.org.tr))

1. Koseoglu HI, Pazarli AC, Kanbay A, Yakar HI, Aykun G, Demir O. NoSAS score predicts cardiovascular disease in patients with obstructive sleep apnea. *Sleep and Breathing* 2024;28(1):87-93.
2. Koseoglu HI, Aykun G, Kanbay A, Pazarli AC, Yakar HI, Demir O. A new perspective on OSAS cases with the Baveno classification. *Postgraduate Medicine* 2024;136(6):659-665
3. Durak B, Gunduz Gurkan C, Özol D, Saraç S. The Effect of Type-2 Diabetes Mellitus on Sleep Architecture and Sleep Apnea Severity in Patients With Obstructive Sleep Apnea Syndrome. *Cureus*. 2024 May 28;16(5):e61215. doi: 10.7759/cureus.61215. PMID: 38807970; PMCID: PMC11130741
4. Şahin Duyar S, Akın Kabalak P, Fırat S, Yılmaz Ü, Kızılgöz D, Kavurgacı S. Impact of obstructive sleep apnea risk on prognosis and treatment responses of lung cancer. *J Med Palliat Care*. 2024;5(2):97-104.
5. Durak, B., Özol, D. & Saraç, S. Sleep and neurocognitive function in the geriatric population: a cross-sectional comparison between nursing-home and community-dwelling older adults. *Sleep Breath* 29, 320 (2025). <https://doi.org/10.1007/s11325-025-03502-0>
6. Durak, B., Özol, D., Durak, İ. et al. Is  $\beta$ - amyloid a reliable marker for assessing neurocognitive functions in middle-aged OSAS patients??. *Sleep Breath* 29, 185 (2025). <https://doi.org/10.1007/s11325-025-03353-9>
7. Durak, B; Özol, D1; Saraç, S1. Predictors of Depression among Individuals with OSAS: A Cross-Sectional Study from Türkiye. *Nigerian Journal of Clinical Practice* 28(10):p 1199-1205, October 2025. | DOI: 10.4103/njcp.njcp\_14\_25
8. Durak B, Özol EE. Predicting obstructive sleep apnea severity without polysomnography: a machine learning approach based on clinical and demographic features. *Anatolian Curr Med J / ACMJ / acmj*. 2026;8(1):7-11. doi:10.38053/acmj.1801322
9. Durak B, Özol D, Saraç S, Durak İ, Tanrikulu A. The Hidden Burden of COMISA in Hypertensive Obstructive Sleep Apnea Patients. *Anatol J Cardiol*. Published online February 23, 2026. doi:10.14744/AnatolJCardiol.2026.6025