

Behandeling van slaapapneu met CPAP

In overleg met uw behandelend arts is besloten te starten met de behandeling van uw slaapapneu via CPAP therapie. In deze brochure leest u wat CPAP is en hoe de behandeling er uit ziet.

De CPAP

CPAP is een zeer effectieve behandeling voor mensen met OSAS/CSAS. CPAP (spreek uit als 'siepép') staat voor Continuous Positive Airway Pressure. Dit betekent letterlijk vertaald 'continue positieve luchtwegdruk'. De CPAP blaast tijdens de slaap, onder druk, continu lucht de luchtwegen in via een neus- en of mondmasker. Hierdoor blijven de luchtwegen open, verminderen of verdwijnen de apneus en herstelt de kwaliteit van slaap. De CPAP blaast geen zuurstof maar lucht.

Het voordeel van een CPAP-behandeling is de effectiviteit. Soms ervaart men al na korte tijd een afname van klachten, anderen merken verschil na een aantal weken of maanden. Het nadeel van de CPAP is dat iemand iedere nacht moet slapen met een masker op. Omdat het apparaat apneus niet geneest, keren tijdens een nacht slapen zonder CPAP de apneus direct weer terug. Overigens wordt een CPAP-behandeling door zorgverzekeraars vergoed.

Verschillende soorten

Er zijn diverse soorten CPAP-apparaten, elk met verschillende functies. Onder meer het type therapie dat nodig is bepaald welk apparaat u nodig heeft. Ook maskers zijn er in vele soorten en maten. Dit om het gebruik zo comfortabel mogelijk te maken. De meeste CPAP apparaten registreren de therapie effectiviteit. Dit betekent dat het aantal uren waarop het apparaat gebruikt wordt, het aantal apneus/hypopneus en maskerlekkages in een rapport zijn weer te geven.

CPAP-apparaat met vaste druk

Dit is het meest gebruikte CPAP apparaat. Het wordt ingesteld op een continue vaste druk. Deze druk is hetzelfde tijdens in- en uitademing. In sommige gevallen is een CPAP met iets verlaagde uitademingsdruk noodzakelijk. Deze herkent zelf wanneer u in- en uitademt. Tijdens de uitademing blaast het apparaat minder hard, waardoor het uitademen comfortabeler is.

Auto-CPAP (APAP)

De auto-CPAP past voortdurend de druk aan, op basis van de vernauwing in de luchtwegen. Nadeel hiervan is dat het apparaat soms hoge druk geeft. Dit kan als vervelend worden ervaren. Het is tot nu toe niet bewezen dat patiënten met auto-CPAP de behandeling beter kunnen volhouden dan patiënten met een CPAP-apparaat met vaste druk.

Bilevel CPAP

Een Bilevel CPAP geeft twee verschillende drukken; een in- en een uitademingsdruk. Het apparaat herkent wanneer u uitademt en verlaagd dan direct zijn druk. De Bilevel CPAP kan nodig zijn wanneer er andere ademhalingsproblemen aanwezig zijn en u om deze reden hoge drukken nodig heeft.

CPAP therapie starten

De instructie en plaatsing van het CPAP-apparaat, worden in het ziekenhuis op de polikliniek Longgeneeskunde gedaan. Dit gebeurt door een medewerker van de leverancier. Voorafgaand zal de slaapverpleegkundige met u een informatie-/voorlichting gesprek hebben gehad. In dat gesprek zijn oa onderwerpen als de slaap, slaapapneu en risico's van onbehandelde slaapapneu, het therapietraject, slaaphygiëne en levensstijl, aan bod gekomen.

Proefperiode

De CPAP-behandeling start met een proefperiode (2 maanden). Gedurende deze periode begeleidt deslaapverpleegkundige u. Zij bespreekt met u eventuele problemen en biedt oplossingen of tips.

Het heeft vaak tijd nodig om te leren slapen met een masker op.

Daarnaast wordt bekeken of de behandeling effectief is en of er nog aanpassingen nodig zijn ten aanzien van drukken of het masker. De behandeling is effectief als de AHI (Apneu Hypopneu Index) reduceert uw klachten verminderd zijn en u de therapie correct volgt (therapietrouw bent).

Therapietrouw wil in dit geval zeggen dat u minstens 5 van de 7 nachten per week, 4-6 uur met het CPAP-apparaat slaapt. Het effect van de therapie kan dus evt. ook afhankelijk zijn van uw eigen inzet en doorzettingsvermogen.

Wanneer blijkt dat de behandeling goed aanslaat en u de therapie goed verdraagt, wordt er een machtiging afgegeven aan uw verzekeraar.

Airview

De slaapverpleegkundige heeft tegenwoordig ook de mogelijkheid om met uw toestemming uw therapie op afstand te monitoren middels de software Airview. Dit maakt mogelijk dat we tegenwoordig veel telefonisch kunnen doen.

Controle slaapverpleegkundige / longarts

Nadat de proefperiode goed verlopen is en er een machtiging naar de zorgverzekeraar is afgegeven, vindt er na 2 maanden een telefonisch contact plaats met de slaapverpleegkundige. Indien noodzakelijk kan er ook nog een fysieke afspraak gepland worden. Er vindt binnen het eerste jaar nog een eindcontroleplaats, bij de longarts en leverancier. Of u jaarlijks onder controle blijft van het ziekenhuis of leverancier beoordeelt de longarts.

Mogelijke bijwerkingen CPAP

Vooraf tijdens de proefperiode kunt u gewenningsproblemen ondervinden. Dit zijn vaak problemen van voorbijgaande aard, zoals een masker dat lekt of dat drukplekken geeft, verkoudheidsklachten of een droge mond. De meeste klachten zijn gemakkelijk op te lossen door een ander type of maat masker of bevochtiger te gaan gebruiken. Omdat u iedere nacht met het CPAP-apparaat slaapt, is het belangrijk dat vragen of problemen snel opgelost kunnen worden. Betreft uw vraag het masker of het apparaat, neem dan, tijdens kantooruren, contact op met de leverancier. Bij andere vragen of problemen kunt u uw vragen stellen aan de slaapverpleegkundige. De slaapverpleegkundige kan dan via Airview telefonisch meekijken in uw apparatuur en zo nodig aanpassingen doen.

Meer informatie

Er worden regelmatig extra voorlichtingsmiddagen georganiseerd door de slaapverpleegkundigen, informeer hierover bij uw slaapverpleegkundige.

Een patiëntenvereniging kan u ondersteunen door informatieverstrekking, lotgenotencontact en belangenbehartiging. U kunt terecht bij onderstaande patiëntenorganisatie voor meer informatie over OSAS.

ApneuVereniging NVSAP

De ApneuVereniging stelt zich ten doel de kennis over apneu te verbeteren, zodat iedereen met apneu tijdig een adequate en optimale behandeling krijgt. De vereniging doet onderzoek, werkt samen met behandelaars, zorgverzekeraars en leveranciers, officiële instanties en geeft voorlichting.

Adresgegevens

ApneuVereniging

NVSAP

Postbus 299

1560 AG Krommenie

Telefoonnummer: (0900) 202 06 75 (uitsluitend van 10.00 tot 12.00 uur en van 14.00 tot 17.00 uur)

E-mail: info@apneuvereniging.nl

website: www.apneuvereniging.nl

Tot slot

Als u na het lezen van deze brochure nog vragen heeft, kunt u contact opnemen met de polikliniekassistentes van de polikliniek longgeneeskunde. Zij zullen uw vragen inventariseren en de slaapverpleegkundigen op de hoogte stellen dat u een vraag heeft. De slaapverpleegkundigen proberen dan dezelfde dag, of de daaropvolgende dag contact met u op te nemen. De polikliniek is bereikbaar van maandag tot en met vrijdag, van 08.30 tot 17.00 uur.

Belangrijke telefoonnummers

ETZ (Elisabeth-TweeSteden Ziekenhuis): (013) 221 00 00

Polikliniek Longgeneeskunde: (013) 221 06 20

Slaapcentrum is bereikbaar via polikliniek Longgeneeskunde,

Deze brochure is gebaseerd op de brochure 'Patientenversie richtlijn OSAS' geschreven door het Kwaliteitsinstituut voor de Gezondheidszorg CBO in samenwerking met de ApneuVereniging.