

# Het gebruik van een CPAP-toestel bij slaapapneu

## Informatiebrochure



**azdelta**

Uw ziekenhuis.

# Inhoud

	Voorwoord	4
1.	Wat is CPAP?	5
2.	Starten met CPAP	5
3.	Hoe masker aanbrengen	6
4.	Mogelijke ongemakken	7
5.	Onderhoud van toestel en toebehoren	8
6.	Verdere opvolging	9
7.	Enkele tips	10

## Beste patiënt

Uw arts heeft bij u het slaapapneusyndroom vastgesteld en als behandeling CPAP- therapie aanbevolen. Deze brochure bevat een beknopte uitleg over slapen met CPAP.

Mocht je toch nog vragen hebben , aarzel niet om onze CPAP-hulplijn te contacteren. U vindt het nummer achteraan deze brochure.

Het team van het slaaplab.



# 1

## Wat is CPAP?

CPAP staat voor Continuous Positive Airway Pressure ofwel constant positieve druk gestuurd in de luchtwegen (neus- en keelholte) via een neus- of mondmasker. Hierdoor wordt er een overdruk gecreëerd in de keelholte waardoor het toeklapsen van de luchtwegen verhinderd wordt.

De behandeling van CPAP is gunstig om de slaperigheid overdag te voorkomen. De slaap is dan van betere kwaliteit en bevordert het rusten. Ook het snurken verdwijnt onder CPAP. Deze behandeling is de beste en soms de enige optie voor patiënten met het slaapapneusyndroom.

# 2

## Starten met CPAP

Het toestel wordt ingesteld door de arts of door de slaapverpleegkundige op de voorgeschreven druk.

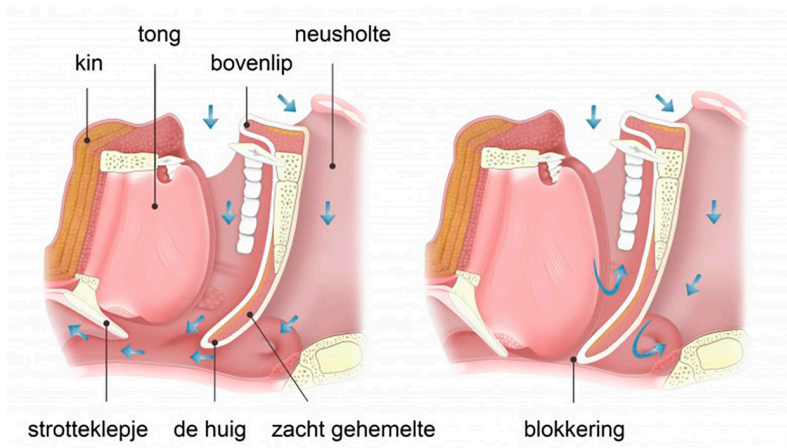
Tijdens de raadpleging heeft de arts en de slaapverpleegkundige de juiste maat van het masker aangemeten en hebt u al eens mogen ervaren hoe u kunt ademen onder CPAP.

Als dit goed lukt krijgt u de praktische informatie over het toestel en toebehoren mee van uw slaapverpleegkundige.

# 3

## Hoe masker aanbrengen

- 1 Zet eerst het masker op de neus en trek vervolgens de velcrobanden over het hoofd.
- 2 Span de banden van het masker goed aan (u moet er nog een vinger kunnen tussensteken). Zodra de banden goed zijn ingesteld, het masker aan- en uitdoen vooraan aan het masker zelf en niet meer aan en af doen met de velcrobanden .
- 3 Schakel de tube aan aan het toestel en zet het toestel aan tenzij het toestel is ingesteld dat het automatisch start.
- 4 Ga neerliggen en pas eventueel de banden nog wat aan indien nodig



Open luchtweg tijdens slaap

Slaapapneu door blokkering luchtweg

# 4

## Mogelijke ongemakken

### Neusklachten en droge keel

De koude luchtstroom kan het neusslijmvlies prikkelen en zo niezen of een verstopte neus of lopende neus veroorzaken. Zorg ervoor dat de kamertemperatuur niet te laag is, minimum 18 graden. Vaak zijn deze neusklachten een tijdelijk fenomeen, maar bij aanhoudende klachten is een specifieke aanpak aangewezen zoals bijvoorbeeld een neusspray of een luchtbevochtiger.

Besprek dit met uw arts of slaapverpleegkundige.

### Huidirritatie

Het masker kan op één of meerdere plaatsen roodheid van de huid veroorzaken. Deze roodheid moet 's morgens echter na een tiental minuten verdwenen zijn. Zo niet, neemt u het best contact op met het slaapcentrum.

### Luchtlek

Een klein luchtlek kan geen kwaad voor de behandeling, voor zover het lek voor uzelf en uw partner niet storend is. Als het masker onvoldoende afsluit, kan er lucht in de ogen komen, kunnen de ogen irriteren en kan dit een oogontsteking veroorzaken. Een ernstig luchtlek kan ervoor zorgen dat u opnieuw gaat snurken of dat het toestel harder gaat blazen om dit lek te compenseren.

## 5 Onderhoud van toestel en toebehoren

Het toestel mag onder stroom blijven ook overdag (trek dus het snoer niet uit het stopcontact). Zo kan overdag informatie over de voorbije nacht worden doorgestuurd naar de slaapverpleegkundige.

### Wekelijks

**Masker:** leg het masker in een sopje van lauwwarm water en een milde neutrale zeep bv. babyshampoo. Laat het masker een paar minuutjes in het zeepsopje rusten om zweet en/of vetresten te verwijderen. Reinig met de vingers de binnen- en buitenzijde van het masker. Spoel de zeepresten af en laat het masker drogen aan de lucht.

**CPAP-toestel:** ga met een stofdoek langs het toestel om te vermijden dat er teveel stof zou worden aangezogen.

### Maandelijks

**Stoffilter:** neem de filter uit het toestel en verwijder het zichtbare stof. Vervang de filter om de 3 tot 4 maanden.

Bij zichtbare bevuilding

**Luchtslang:** dompel de luchtslang ook in het sopje met zeep, spoel uit en laat drogen aan de lucht (bv. in de douche)

**Hoofdband:** wassen in de wasmachine op 30 graden als de hoofdband zichtbaar vuil is.

## 6 Verdere opvolging

Ongeveer 1 maand na de start met CPAP komt u terug op controle bij uw arts.

De slaapverpleegkundige stelt u eerst nog een aantal gerichte vragen over uw klachten en kijkt uw gegevens op het toestel na. Breng dus steeds uw toestel mee bij elke raadpleging.

Nadien gaat u nog een keer bij de arts voor verdere bespreking en advies.

Enkele weken later volgt een controleslaaponderzoek. Deze keer slaapt u met een CPAP-toestel of met uw eigen toestel. Deze slaapstudie zal aantonen of uw slaap al dan niet genormaliseerd is. Er zal ook gekeken worden of de ingestelde druk nog moet worden bijgesteld.

Dit slaaponderzoek is ook noodzakelijk om een terugbetaling van de behandeling aan te vragen bij uw ziekteverzekering. Deze terugbetaling wordt eerst verleend voor 6 maanden en nadien jaarlijks, telkens op voorwaarde dat aangetoond kan worden dat u het toestel voldoende lang gebruikt, namelijk 4 uur.

Enkele weken later bespreekt uw arts het resultaat hiervan met u tijdens een raadpleging.

Zes maanden na de start en nadien jaarlijks wordt u uitgenodigd voor een raadpleging bij uw arts. Bij deze raadpleging gaan we na of de CPAP-behandeling goed verloopt. Het toestel wordt telkens technisch nagekeken en u krijgt een masker en filters mee.

# 7

## Enkele tips

- Gebruik geen gelaatsproducten onder het masker om huidirritatie te voorkomen.
- U gebruikt CPAP best ook wanneer u op reis gaat voor een langere periode. U neemt hiervoor het CPAP-toestel mee als handbagage. Op aanvraag kan u daarvoor een douaneformulier krijgen. Dit formulier kunt u vragen aan uw arts of slaapverpleegkundige.
- Bij een ziekenhuisopname wordt aangeraden om het toestel mee te nemen. Breng het ziekenhuispersoneel hiervan op de hoogte.
- Er is een RAMP-functie aanwezig op het toestel. Hiermee komt het toestel rustig op gang met een lage druk waardoor u gemakkelijker in slaap kan vallen. Na de ingestelde tijd wordt de therapeutische druk bereikt.
- Indien de neusklachten blijven, kan er gebruik gemaakt worden van een bevochtiger.
- Bij condens/ vocht in slang of masker kunt u de temperatuur verlagen op het toestel of de kamertemperatuur verhogen.

## Contact

Dr. Wim Verbeke  
Dr. Bernard Bouckaert

### **Slaapverpleegkundigen - CPAP hulplijn**

Nathalie Cuvillier

t 051 23 60 66 (te bereiken tijdens de kantooruren)

e cpap@azdelta.be

