



## Behandling av Sömnapné syndrom med Antiapnéskena

Efter utredning har du fått diagnosen **Obstruktivt Sömnapné syndrom (OSAS)**. Detta innebär att du snarkar när du sover och att luftvägarna ibland faller ihop så mycket att du får andningsuppehåll. Denna sjukdom innebär störd sömn, ofta med sänkt prestationsförmåga dagtid på grund av översömnighet och med ökad risk för hjärt- kärlsjukdomar, såsom t.ex. högt blodtryck, i framtiden.

Du har tillsammans med din läkare kommit fram till att försöka behandla sjukdomen med så kallad antiapnéskena, en speciell bettskena som du skall ha i munnen under sömnen. Med denna skena skjuts underkäken och därmed också tungan framåt och gombågarna styvas upp. Resultatet skall bli att svalget hålls mera öppet och att både snarkning och andningsuppehåll minskar/upphör. På grund av individuella variationer i anatomi m.m. kan resultatet dock inte garanteras på förhand och en del snarkning kvarstår ofta.

Behandlingen genomförs av en tandläkare, som tar avgjutningar av över- och underkäken. En tandtekniker framställer sedan skenan. Ibland behövs en del justeringar för god passform och undvikande av obehag. När du har vant dig vid skenan kommer du att kallas för en kontrollregistrering där du sover med den för att utvärdera effekten.

OBS! Det är viktigt att dina tänder är i gott skick när tandläkaren skall göra antiapnéskenan. Kontrollera därför tandstatus hos din vanliga tandläkare (om annan än den som skall göra skenan) och passa på att göra lagningar mm i väntan på kallelse för att göra skenan.

Om du har besvär med din antiapnéskena ska du första hand vända dig till tandläkaren som ansvarar för behandlingen. Ömhet i tänder, käkar och käkmuskulatur samt en känsla av att bettet inte passar är vanliga biverkningar de första 3-4 veckorna. I några få fall kan det uppstå käkledsproblem eller bettförändringar. Ta då kontakt med behandlande tandläkare. Tandläkaren kan då avbryta behandlingen under en period. Under den tiden normaliseras vanligtvis bettet och käkledsbesvären klingar av. Ofta kan skenan sedan börja användas igen, eventuellt med successiv upptrappning.

Vänd dig i första hand till tandläkaren om skenan går sönder. Vänd dig till ditt försäkringsbolag och till oss om du tappat bort din skena för hjälp till ny. Om du behöver hjälp med intyg till försäkringsbolag, körkortsmyndighet eller liknande kontakta oss på Aleris Fysiologlab. Behövs en ny skena på grund av ålder och slitage kan det bli nödvändigt att göra en helt ny andningsregistrering utan skena då landstinget, för att subventionera skenan, kräver att mätningen är högst 2 år gammal.

Har du andra frågor kan du alltid vända dig till oss på Aleris Fysiologlab, så skall vi göra vårt bästa för att hjälpa dig. Din antiapnéskena skall betraktas som medicin och skall användas varje natt. Det är inte snarkningen som primärt behandlas utan andningsuppehållen och deras allvarliga påverkan på din hälsa.