



# Behandling med CPAP

dvs övertrycksandning med näsmask/näs-munmask.

## Varför får man andningsuppehåll under sömnen (sömnapnéer)?

När man somnar slappnar musklerna av i hela kroppen. Avslappningen kan leda till att svalget blir trängre, särskilt under inandning, och att vi börjar snarka. Det kan bli så trångt att vi får för lite luft i oss (hypopné) eller ingen luft alls = totalt andningsuppehåll (apné). Ett sådant andningsuppehåll avbryts först när försöken att andas blir så kraftiga att snarkaren väcker sig själv till en ytligare sömn. Denna sömnstörning är huvudorsaken till tröttheten på dagen. Oftast medför andningsstörningen en syresänkning och kombinationen leder till ökad risk för hjärt- och kärlsjukdomar.

## Behandling med CPAP (Continuous Positive Airway Pressure)

Behandlingen innebär att en elektrisk pump via en slang tillför luft under ett lätt övertryck till en mask. Masken är fäst över näsan eller näsan och munnen med ett band runt huvudet. Systemet ger ett lätt övertryck i luftvägarna så att svalget hålls öppet under sömnen. Snarkningarna och andningsuppehållen försvinner och man sover normalt.

## Utprovning av CPAP

Du kommer till Aleris Fysiologlab och tillbringar cirka 40 minuter hos oss. Du informeras åter kort om sjukdomen, behandlingsprincipen och den tekniska utrustningen. Vi provar ut en mask som är lämplig för dig och kontrollerar att den sluter tätt. Vi ställer in trycknivån på den inblåsta luften så att andningsuppehållen förhindras.

**Var god vänd – mer information på baksidan >>>**

## Hyra av CPAP

Din CPAP-utrustning hyr du av Hjälpmedelcentralen i Stockholm. Olika fabrikat förekommer men alla apparater har en likvärdig funktion och hjälpmedelcentralen styr över inköpen av dessa. Stockholms läns landsting tar ut en hyresavgift på 100 kronor per månad. Masken är förbrukningsvara och du kommer att få betala för mask eller tillbehör när du behöver ny. Första masken är dock gratis. Den CPAP-apparat som du tilldelas är ett lån från hjälpmedelcentralen och skall återlämnas om behovet upphör. Flyttar du till annat landsting skickar vi en remiss dit för fortsatt behandlingssuppföljning. Landstingen avgör sinsemellan om du får ha kvar din gamla apparat eller om du får en ny i ditt nya hemlandsting.

Om du är mantalsskriven utanför Stockholms län sänder vi remiss till ansvarig klinik i ditt hemlandsting, som sedan ombesörjer att du får ut likvärdig CPAP-utrustning. Andra ersättningsregler kan gälla och väntetiden i landstinget kan variera. Försäkringspatienter får remiss till det försäkringsbolag som skall betala utrustningen. Vill du köpa utrustningen får du ett särskilt intyg att uppvisa för hjälpmedelcentralen eller annan leverantör.

## Vad händer sedan?

Du får under ca 1-2 veckor pröva CPAP-apparaten i din hemmiljö. Därefter träffar du din biomedicinska analytiker/sjuksköterska igen. Detta innebär att du inte kan resa bort inom de närmaste 2 veckorna efter utprovningstillfället. Du bör även i fortsättningen alltid kontakta din biomedicinska analytiker/sjuksköterska så snart något inte fungerar bra så att vi kan korrigera behandlingen.

När du, efter 1 månad, har blivit van vid utrustningen får du göra en nattlig registrering medan du sover med CPAP:en hemma. Du träffar då även din biomedicinska analytiker/sjuksköterska och diskuterar nattregistreringen och fortsatt behandling. Utrustningen, dvs. CPAP-apparaten och masken, ska tas med vid detta besök. Med ledning av resultatet från mätutrustningen och din rapportering kan vi, om det behövs, göra justeringar på apparaten eller masken. I så fall gör vi sedan en ny kontrollmätning efter ett par dagar.

Tänk på att behandlingseffekten för vissa personer kan komma ganska omgående medan det för andra kan ta lite längre tid att vänja sig och att känna förbättring.

## Uppföljning

Aleris Fysiologlab ansvarar för att behandlingen sköts på bästa sätt. Vi kommer därför att kalla dig till regelbundna kontroller tills vi ser att behandlingsresultatet är stabilt. Därefter kontaktar du oss vid behov.

Du kan nå oss på telefon hela dagen, eventuellt via telefonsvarare. Vi tar inte betalt för telefonkonsultationerna. Landstinget tar ut en avgift för vissa undersökningar. Ibland behövs kompletterande läkarbesök för vilka du i regel får betala normal patientavgift. Frikort gäller men om du uteblir utan att lämna återbud tas en avgift ut. Som patient kan du möta andra CPAP-patienter på [www.apneforeningen.se](http://www.apneforeningen.se).

## Ett bra tips

Läs informationsmaterialet som du fått av din doktor innan du ska påbörja behandlingen. Ju bättre du förstår vad som orsakar besvären desto bättre kommer behandlingen att fungera.

Vissa uppgifter om dig och din behandling registreras i det nationella kvalitetsregistret Swedevox [www.ucr.uu.se/swedevox](http://www.ucr.uu.se/swedevox). Önskar du information om detta var vänlig och kontakta Docent Magnus Ekström som är lokalt och nationellt ansvarig för registret. **Önskar du inte att dina uppgifter lämnas till registret måste du säga ifrån när du kommer till oss.**