

Multidisciplinaire Snurk-OSASpoli in Bronovo

Als snurken de slaap (van je partner) verstoort

Sinds anderhalf jaar kunnen patiënten die lijden aan een zeer ernstige snurkaandoening, ook wel slaapapneu genoemd, terecht bij de multidisciplinaire Snurk-OSASpoli in Bronovo. Longarts mw. dr. D. Annema-Schmidt, unithoofd polikliniek Longziekten mw. A. Stikkelorum en OSAS-consulent mw. M. van de Velde vertellen over het succes van de samenwerking.

Het obstructief slaapapneusyndroom (OSAS) is een aandoening met een grote impact op de maatschappij, stelt Annema. "Mensen met slaapapneu functioneren vaak niet op hun werk en kunnen een gevaar zijn op de weg." De bekendheid voor de aandoening groeit, mede dankzij een zeer actieve patiëntenvereniging. Stikkelorum: "Bronovo heeft al vijftien jaar ervaring met slaapregistraties. Omdat wij steeds vaker verwijzingen krijgen via de huisarts of via andere specialisten, hebben we de Snurk-OSASpoli opgericht."

Patiënten met obstructief slaapapneusyndroom kunnen onder andere last hebben van moeheid, ochtendhoofdpijn, concentratiestoornissen, depressieve klachten en extreme slaperigheid overdag. De aandoening wordt geassocieerd met overgewicht, suikerziekte, hartziekten als hartfalen en hoge bloeddruk. "Mensen vallen soms tijdens een gesprek in slaap", zegt Annema. "Behandelen is belangrijk, want OSAS is een risicofactor voor hart- en vaatziekten."



Longarts dr. D. Annema-Schmidt, unithoofd polikliniek Longziekten A. Stikkelorum en OSAS-consulent M. van de Velde

Diagnose en behandeling

Hoe loopt het traject? Een huisarts verwijst een patiënt die snurkt en met de verdenking op slaapapneu naar de KNO-arts. De patiënt heeft vervolgens een afspraak met een longarts en een longfunctieanalist. Deze laatste geeft uitleg over de slaapregistratie en over de aansluiting van de apparatuur. Nadat de patiënt thuis met de apparatuur heeft geslapen, analyseert de longfunctieanalist de registratie. Wekelijks is er een multidisciplinair snurk-OSAS-overleg. Hierbij zijn altijd een longarts en KNO-arts aanwezig, aangevuld met een neuroloog, een tandarts, een longfunctieanalist en de OSAS-consulent. Zij bespreken de conclusies van het slaaponderzoek en bepalen wat de beste aanpak is. Als er sprake is van OSAS zijn er drie gradaties: licht, matig en ernstig. Annema: "De ernst van het apneusyndroom bepalen we aan de hand van de slaapregistratie én de klachten. In hoeverre wordt de patiënt belemmerd in het dagelijks leven?" Patiënten met lichte OSAS wordt onder andere aangeraden af te vallen (al dan niet met ondersteuning van een diëtist), minder alcohol te gebruiken en zo nodig niet meer op de rug te slapen. Bij matige en ernstige OSAS is naast deze conservatieve maatregelen een behandeling door de KNO-arts, tandarts of longarts noodzakelijk. Deze behandeling zou kunnen bestaan uit operatieve ingrepen (verwijderen van amandelen, correctie aan de huig), het aanmeten van een beetje of het gebruik van Continuous Positive Airway Pressure (CPAP). Dit apparaat bestaat uit een pomp en een masker dat de patiënt 's nachts op de neus draagt. Hiermee ontstaat een 'luchtkussentje' achterin de mond en keel, waardoor een afsluiting van de luchtwegen tijdens de slaap wordt voorkomen.

Begeleiding en controle

Kenmerkend voor de Snurk-OSASpoli in Bronovo is de uitgebreide begeleiding en herhaalde uitleg. Als OSAS wordt vastgesteld, evalueren de artsen of bij een patiënt sprake kan zijn van comorbiditeit zoals hart- en

vaatziekten, diabetes of COPD. Patiënten die CPAP-ondersteuning krijgen, verblijven de eerste nacht met het apparaat in het ziekenhuis. Ze worden daarbij begeleid door OSAS-consulent Van de Velde: "Goede uitleg is belangrijk om te kunnen wennen aan het apparaat. Daar investeren we tijd in. Zo is de behandeling vaak succesvol en de therapietrouw hoog." Na de behandeling blijven patiënten langere tijd onder controle om het resultaat van de ingezette behandeling te evalueren en zo nodig aan te passen. De patiënten met een CPAP-behandeling, worden in principe jaarlijks opgeroepen voor een controle. ■

De juiste vragen stellen

Bij de Snurk-OSASpoli krijgen patiënten een vragenlijst voorgelegd om te bepalen hoe ernstig de klachten zijn. Ook de huisarts kan diverse vragen stellen aan de patiënt en eventueel de partner. Dit komt een adequate verwijzing ten goede.

Voorbeelden van vragen:

- Snurkt u of vertelt men dat u snurkt?
- Snurkt u luid en onregelmatig?
- Stopt uw ademhaling wel eens 's nachts?
- Bent u bekend met hart- en vaatziekten of hoge bloeddruk?
- Heeft u last van slaperigheid overdag?
- Wordt u 's ochtends uitgerust wakker?

Ook wordt de Epworth Slaperigheidsschaal gebruikt om vast te stellen hoe slaperig iemand is. Deze is op internet te vinden.

Wat is slaapapneu?

Slaapapneu is een zeer ernstige snurkaandoening, waarbij vaak sprake is van luid snurken en een afwijkend ademhalingspatroon tijdens de slaap. De luchtwegen worden hierbij geheel of gedeeltelijk geblokkeerd. Snurken en slaapapneu verstoren het normale slaapritme. Dit kan grote gevolgen hebben; in sommige gevallen is het zelfs levensbedreigend.