

Informacje dla pacjenta

# Typowe problemy i rozwiązania dla użytkowników CPAP



@-mocja™

 DeVilbiss  
HEALTHCARE



## ■ Pierwsze kroki

Używając systemu CPAP po raz pierwszy, zauważysz niezwykle uczucie ciśnienia podczas oddychania. Będziesz musiał świadomie wypychać powietrze, kiedy oddychasz. Jest to normalne i nastąpi automatycznie, gdy zaśniesz.

Jeśli użyjesz maski lub poduszek na nos i otworzysz usta, powietrze będzie wyciekać. Może to być trochę nieprzyjemne. Powinieneś starać się trzymać usta zamknięte. W rozwiązaniu tych problemów może pomóc zegar opóźniający lub „system ramp” w systemie CPAP. Ciśnienie będzie stopniowo narastać w wybranym przez Ciebie okresie czasu, od komfortowego poziomu do przepisanego ciśnienia.

Wyższe ciśnienie (zwykle 5-20 cm/H<sub>2</sub>O) może powodować dyskomfort w klatce piersiowej i brzuchu oraz może powodować dyskomfort podczas połykania powietrza. Twój lekarz może być w stanie udzielić porady, jeśli pojawią się takie problemy.



## Maska

Maska jest niezwykle ważnym elementem terapii CPAP, a wygodna, prawidłowo dopasowana maska znacznie poprawia podatność na leczenie. Często zdarza się, że przyzwyczajenie się do noszenia maski w nocy zajmuje trochę czasu.

Aby terapia CPAP była skuteczna, ważne jest uzyskanie dobrego uszczelnienia między poduszką maski a twarzą. Jeśli są jakieś szczeliny, powietrze będzie wyciekać, co będzie głośne i może nie pozwalać użytkownikowi zasnąć. Oznacza to również, że ogólne ciśnienie systemu CPAP spadnie, prowadząc do mniej skutecznej terapii.

Nie jest konieczna ciasno dopasowana maska; dobrze wyważone, wygodne dopasowanie bez nadmiernej szczelności nadal zapewni skuteczną szczelność powietrzną. W przypadku masek nosowych niewielki przeciek wokół górnej wargi jest czasem lepszy niż zbyt mocne dokręcenie maski, ale należy wyeliminować wszelkie przecieki powietrza wiejące w kierunku oczu, ponieważ może to powodować podrażnienie oczu. Przez zbyt mocne zaciśnięcie maski CPAP użytkownicy mogą doświadczać ran i śladów na twarzy, a ponieważ osoby cierpiące na OBS noszą maskę co noc, powtarzanie noszenia źle dopasowanej maski może pogorszyć te rany, czyniąc terapię mniej tolerowaną, co prowadzi do gorszej długoterminowej podatności.

Niektórzy pacjenci oddychający przez usta odnoszą korzyści z używania maski pełnotwarzowej, jednak niektórzy pacjenci odczuwają klaustrofobię w przypadku konwencjonalnych masek nosowych i pełnotwarzowych i wolą poduszki nosowe lub interfejsy ustne. Twój lekarz doradzi Ci najlepszą maskę do leczenia, ale warto pamiętać, że dostępnych jest wiele rodzajów masek, aby zapewnić skuteczną terapię CPAP.



## ■ Częste problemy z nosem

### ■ Podrażnienie nosa

Czasami leczenie CPAP powoduje podrażnienie błony śluzowej nosa, co powoduje kichanie i wyciek z nosa (podobnie jak w przypadku kataru siennego). Może się to ustabilizować samoistnie, ale jeśli tak się nie stanie, najlepszym sposobem leczenia są spraye do nosa, które zmniejszają stan zapalny błony śluzowej nosa i wysuszają nos.

### ■ Zatkany nos

Jeśli Twój nos zostanie zablokowany lub zatkany w nocy, wtedy korzystanie z systemu CPAP będzie trudne. Jeśli masz przeziębienie, przestań korzystać z systemu do czasu wyzdrowienia. Środki zmniejszające przekrwienie nosa mogą pomóc w oczyszczeniu nosa, ale nie używaj ich przez dłuższy czas. Skonsultuj się z lekarzem, jeśli problemy nie ustąpią.

### ■ Zimno/suchość nosa

Niektórzy ludzie doświadczają ciągłej suchości nosa i gardła. Jeśli tak się stanie, podgrzewane nawilżanie może być możliwym rozwiązaniem problemu, jednak najpierw zasięgnij porady specjalisty od snu.





## ■ Podczas korzystania z CPAP

- Jeśli którykolwiek z objawów bezdechu sennego nawraca podczas leczenia CPAP, skonsultuj się ze swoim lekarzem specjalistą ds. snu.
- W przypadku infekcji gardła, ucha środkowego lub zatok należy skonsultować się z lekarzem przed kontynuowaniem leczenia CPAP. Możesz zostać poproszony o zatrzymanie CPAP do czasu ustąpienia infekcji.
- Jeśli zostaniesz przyjęty do szpitala lub przepisano Ci jakąkolwiek inną formę leczenia, zawsze poinformuj personel medyczny, że jesteś leczony za pomocą terapii CPAP. Upewnij się, że zabierasz swój system CPAP do szpitala po przyjęciu.
- Nie przerywaj leczenia CPAP bez zgody konsultanta.
- Jeśli podczas leczenia CPAP wystąpią jakiegokolwiek nieoczekiwane objawy, natychmiast skonsultuj się z lekarzem.
- Leczenie CPAP może działać jako katalizator utraty wagi, a bezdech senny może wtedy znacznie się poprawić, aby umożliwić obniżenie ciśnienia lub przerwanie terapii CPAP.

## ■ Często Zadawane Pytania

### ■ Ile czasu zajmie przyzwyczajenie się do CPAP?

Większość osób przyzwyczaja się do terapii w ciągu 1-2 tygodni, jednak czasami przyzwyczajenie się do wrażenia noszenia maski do spania może zająć trochę więcej czasu.

### ■ Kiedy zauważę poprawę w moich objawach?

Powinieneś zauważyć natychmiastową poprawę w ciągu pierwszych kilku nocy korzystania z systemu CPAP.

### ■ Jak często powinienem używać mojego CPAP?

Powinieneś używać CPAP każdej nocy. Jeśli tego nie zrobisz, powrócisz do poprzednich objawów senności w ciągu dnia, chrapania i bezdechu.

### ■ Czy ciśnienie ustawione na moim urządzeniu CPAP będzie kiedykolwiek wymagało zmiany?

Przy stałym ciśnieniu CPAP ciśnienie najprawdopodobniej pozostanie takie samo od dnia pierwszego ustawienia. Jeśli jednak stracisz znaczną część wagi, możliwe może być obniżenie ciśnienia. Musiałbyś zostać ponownie oceniony przez swojego specjalistę od snu.

### ■ Czy kiedykolwiek zostanę wyleczony z OSA? Czy kiedykolwiek będę mógł przestać używać mojego CPAP?

OSA jest stanem długotrwałym, na który nie ma znanego lekarstwa. Jednak pomimo tego terapia CPAP będzie kontrolować OSA tak długo, jak będziesz nadal korzystać z systemu CPAP.



Dystrybutor: **@-mocja™**

**E – mocja Sp. z o.o.**

Ul. Złota 61 lok. 100, 00-819 Warszawa

Biuro Handlowe: ul. Ewy 1, 03-641 Warszawa

e-mail: [biuro@emocja.pl](mailto:biuro@emocja.pl)

tel. +48 22 380 32 80

tel. kom. +48 606 933 911 lub +48 784 636 639

[www.oddechowy.pl](http://www.oddechowy.pl)

*Aparat Blue AutoPlus -  
Przykładowe  
urządzenie*



**DeVilbiss**  
HEALTHCARE

CE 0044

DeVilbiss Healthcare Ltd.  
High Street Wollaston/Stourbridge  
West Midlands DY8 4PS  
United Kingdom

Phone + 44 (0) 13 84 44 68 58  
Fax + 44 (0) 13 84 44 66 28  
[www.devilbisshc.com](http://www.devilbisshc.com)  
[enquiries@devilbisshc.com](mailto:enquiries@devilbisshc.com)