

Respirationscenter Syd

Søvnapnø

Du har fået konstateret søvnapnø efter et forløb på Respirationscenter Syd. Her kan du læse om de tre typer af søvnapnø, vi behandler, og de apparater vi kan bruge til at hjælpe din vejtrækning om natten.

Om søvnapnø

Søvnapnø betyder, at du har hele eller delvise pauser i din vejtrækning, mens du sover. Når det sker, reagerer kroppen ved at vågne op, så du kan trække vejret ordentligt igen. Det er ikke sikkert, at du mærker de små opvågninger, men de gør din nattesøvn dårligere med symptomer som træthed om dagen, hovedpine om morgenen og lignende gener.

Pauserne i vejtrækningen kaldes apnøer eller hypopnøer. Antallet af pauser per time afgør, hvor svær din søvnapnø er. Har du fx mellem 10 og 30 apnøer eller hypopnøer per time, har du moderat søvnapnø.

Det er vigtigt, at du kommer i behandling for din søvnapnø. Uden behandling er der risiko for, at du med tiden udvikler alvorlige følgesygdomme, især forhøjet blodtryk, hjerte-kar-sygdomme, blodprop i hjerte og hjerne eller diabetes.

Obstruktiv søvnapnø (OSA)

Obstruktiv søvnapnø er den mest almindelige type. Den opstår, når luftvejene lukker af, mens du sover. Det kan ske, fordi musklerne i halsen slapper af. Musklerne i brystkassen og maven arbejder stadig, men luften kan ikke passere. Derfor får du pauser i vejtrækningen.

Central søvnapnø (CSA)

Central søvnapnø skyldes, at hjernen ikke sender de nødvendige signaler til vejtrækningsmusklerne.

Det giver pauser i vejtrækningen, selvom luftvejene ikke er blokerede. Central søvnapnø er mindre almindelig end obstruktiv søvnapnø og kan være forbundet med andre sygdomme.

Obesity hypoventilation syndrome (OHS)

Obesity hypoventilation syndrome er en tilstand, hvor overvægtige personer har svært ved at trække vejret ordentligt, især under søvn. Tilstanden kan give lavt iltniveau og højt kuldioxidniveau i blodet. Symptomer kan være overdreven træthed, hovedpine og åndenød.

Behandling

Behandlingen består af, at du sover med et apparat. Apparatet blæser luft fra omgivelserne gennem en slange og en maske. Der findes forskellige apparater. Du får det apparat, der passer bedst til dig.

CPAP

CPAP-behandling er den mest almindelige behandling. Denne type maskine giver konstant luft med det samme tryk på din indånding og udånding. Det holder dine luftveje åbne og forhindrer pauser i din vejtrækning. Apparatet kan øge eller sænke trykket, alt efter om dine luftveje lukker mere eller mindre af. På den måde får du hele tiden luft med et tryk, der holder luftvejene åbne.

ASV

ASV kan især være relevant, hvis du har centrale apnøer. ASV-behandling understøtter din vejtrækning under din indånding og udånding. Apparatet justerer løbende lufttrykket efter, hvordan du selv trækker vejret. På den måde undgår du pauser i din vejtrækning.

Respirationscenter Syd

NIV

Denne type behandling bruges, hvis du har brug for, at din vejtrækning understøttes. Apparatet giver ét tryk ved udånding, og et højere tryk ved indånding. Hvis du både har problemer med vejtrækningen og har luftveje, der lukker af, kan vi indstille apparatet, så det hjælper på begge dele.

Mere viden

Ønsker du mere viden om søvnapnø, kan du med fordel læse mere på Dansk Søvnapnø Forenings hjemmeside www.soevnapnoe.dk.

Kontakt

Respirationscenter Syd

29 64 83 24

Skriv til os på www.ouh.dk/post-rcs
