IDA-TALLINNA KESKHAIGLA

AS Ida-Tallinna Keskhaigla
Ravi 18, 10138 Tallinn
Rg-kood 10822068
Tel 666 1900
E-post info@itk.ee
www.itk.ee

Kodune positiivrõhuravi

Käesoleva infolehe eesmärk on tutvustada patsiendile koduse positiivrõhuravi (CPAP-ravi) raviaparaate, tarvikuid, nendega seotud hooldust ning võimalikke probleeme.

CPAP-ravi on vajalik keskmise või raske raskusastmega uneapnoe korral. Uneapnoe võib esineda kõigil, kuid riskirühmas on üle keskea ülekaalulised mehed, kellel on sageli kaasuvalt kõrgvererõhktõbi ning kes ka norskavad.

Mis on uneapnoe?

Uneapnoe on uneaegne hingamishäire, mille korral tekivad üle 10 sekundi vältavad hingamispausid, mistõttu organism jääb hapnikupuudusesse. Enamasti on tegemist obstruktiivse uneapnoega, mille puhul langevad hingamisteed kokku nii, et õhk ei pääse läbi. CPAP-aparaat puhub öösel hingamisteedesse õhku ning hoiab nii pideva positiivrõhuga hingamisteed avatuna.

Ravimata uneapnoe põhjustab südame rütmihäireid ja kõrget vererõhku ning suurt ülekoormust südame-veresoonkonnale, olles niiviisi infarkti või insuldi riskitegur. Samuti tekib halva kvaliteediga une pärast ülemäärane päevane väsimus, mis võib põhjustada näiteks rooli taga magama jäädes liiklusõnnetusi.

Uneapnoe raviseadmed ja võimalikud kõrvaltoimed

Eesti Tervisekassa kindlustusega inimestele antakse CPAP-aparaat esialgu tasuta proovimiseks, et patsient saaks harjuda aparaadiga magama ning ilmneks esmane ravitulemus. Patsiendile koju antavas komplektis on CPAP-aparaat koos õhuvooliku ja maskiga. Tasuta testimisperioodi lõppedes tuleb sobivuse korral CPAP-aparaat koos maskiga retsepti alusel välja osta. Kogu komplekti hinnast on tervisekassa soodustus 90% ja patsiendi omaosalus moodustab 10%.

Kasutusel on erinevate tootjate CPAP-seadmed, mis töötavad samal põhimõttel: aparaat ühendatakse vooluvõrku, selle külge kinnitatakse õhuvoolik, mille teine ots pannakse maski külge. Samuti on valikus erinevaid maske, mille hulgast leitakse patsiendile sobivaim ning mugavaim. Valida on võimalik nina-, näo- ja ninasõõrmemaskide vahel.

Kabinetist saadud aparaadiga koju jõudes pakkige kogu komplekt lahti ja ühendage kokku nii, nagu Teile näidati. CPAP-aparaat tuleb panna voodipeatsi kõrvale öökapile vm kõvale alusele. Kindlasti ei tohi seda asetada voodisse!

Parimate ravitulemuste saavutamiseks tuleb aparaati kasutada regulaarselt igal ööl!

CPAP-raviga harjumine võib mõnikord olla veidi raske. Algul võib maski ja aparaati proovida kasutada päevasel ajal, näiteks telerit vaadates või uinakut tehes. Hiljem, kui aparaadi puhumisega on harjutud, tuleb seda kasutada ka öösel magamise ajal, pikendades järk-järgult selle kasutamise aega.

CPAP-ravi kõrvaltoimena võib tekkida nina- ja suulimaskestade kuivus ja ninakinnisus, mis on tingitud aparaadist tulevast õhuvoolust. Selle leevenduseks võiks igapäevaselt kasutada apteegis käsimüügis saada olevat niisutavat ninaspreid või õlitilku. Raskemal juhul oleks vajalik CPAP-aparaadile külge ühendada veenõu ja spetsiaalne soojendusega voolik, mis sissehingatavat õhku soojendavad ja niisutavad. CPAP-aparaadi lisaseadmete ostu puhul ei kehti tervisekassa soodustus ning need tuleb soetada täishinna eest.

Vahel võib maski kasutamisest tekkida näonaha ärritus. See juhtub enamasti siis, kui maski rihmad on liiga pingul. Oluline on maski hea istuvus ja sobiva suuruse leidmine. Näonaha ärrituse korral võib olla vaja maski vahetada, selleks peab aga võtma ühendust oma raviarsti või -õega.

Aparaadi hooldus

Tähtis on CPAP-aparaadi ja tarvikute hooldus ning regulaarne puhastamine. Peske maski igal hommikul vee ja seebiga ning laske õhu käes kuivada. Õhuvoolikut peske kord nädalas, lastes leigel kraaniveel sellest läbi voolata. CPAP-aparaadilt pühkige tolmu pehme lapiga ja aparatuuri puhastage spetsiaalse vahendiga. Igapäeva kodukeemia kasutamine on keelatud.

Teid kutsutakse korduskontrolli tüüpiliselt 2–3 nädala möödudes. Siis võtke CPAP-raviseade koos lisadega vastuvõtule kaasa. Vastuvõtule saabudes vaatame aparaadi kasutusega seotud andmed ja näitajad üle ning pulmonoloog väljastab retseptid aparaadi ja maski väljaostmiseks. Edaspidi tuleb koos oma aparaadiga unearsti juures kontrollis käia vähemalt üks kord aastas.

ITK769

Käesoleva infomaterjali on kooskõlastanud sisekliinik 01.01.2023. a.