

De Positietrainer (Houdingstherapie)

Deze folder geeft u informatie over een positietrainer, die gebruikt wordt bij mensen die last hebben van positieafhankelijk slaapapneu.

Positieafhankelijk slaapapneu

Slaapapneu komt bij veel mensen voornamelijk voor als zij op de rug liggen. De tong ontspant en valt dan door de zwaartekracht gemakkelijker naar achteren. Hierdoor wordt de luchtweg geblokkeerd. Als de slaapapneu in rugligging minimaal 2 keer zo ernstig is als in overige houdingen, noemen we dit positieafhankelijk slaapapneu (POSAS).

De positietrainer

De Sleep Position Trainer (SPT) meet uw slaapgedrag continue. Als u op de rug gaat liggen geeft de SPT een zachte trilling. Dit gebeurt tijdens de lichte slaapfase. U wordt eraan herinnerd om de slaaphouding aan te passen, zonder dat hierdoor het natuurlijke slaappatroon wordt aangetast. De SPT wordt gedragen in een band om het bovenlichaam. Daarnaast is er software voor de SPT beschikbaar, waarmee de voortgang van de behandeling bekeken kan worden.

Hoe werkt het?

U raakt er aan gewend om in andere houdingen te slapen, door geleidelijk het slapen op de rug af te leren. De eerste 2 nachten meet de SPT uw slaapgedrag. Van de 3^e tot de 10^e nacht worden de trillingen van de SPT langzaam opgebouwd. Hierdoor zal de behandeling met de SPT beter geaccepteerd worden.

De Lunoa SPT

De Lunoa SPT is een klein apparaat dat u 's nachts met een band om uw borst draagt. Het beïnvloedt uw slaappositie, zonder dat u daar wakker van wordt. Als u op uw rug gaat liggen gaat het apparaat trillen. Deze trillingen zorgen

ervoor dat u van rug- naar zijpositie draait.



De Lunoa SPT kunt u via uw eigen computer uitlezen, waardoor u ook zelf uw slaapgedrag kunt volgen. Zo weet u ook of de behandeling effectief is. De Lunoa SPT wordt via de Slaapzorgprofessional bij Vivisol aangevraagd.

Indien u aan de voorwaarden voldoet, valt de SPT onder verzekerde zorg.

De voorwaarden zijn:

- AHI niet hoger dan 30 per uur
- AHI in rugligging 2 keer zoveel als in andere houdingen
- AHI in zijligging lager dan 10 per uur
- Minimaal 10% rugligging

*AHI = apneu-hypopneu index

Hierbij hoort ook service door Vivisol, zoals:

- 24-uur support: binnen 24 uur een oplossing in overleg met de patiënt.
- Gratis vervangend toestel bij storingen, inclusief eventuele reparatiekosten.
- 1 x per jaar een uitlezing (dit kan op afstand)
- Gratis software zodat u de SPT zelf kan uitlezen.
- Jaarlijkse vervanging van de borstband.

- Extra huisbezoek van de Vivisol OSAS-consulent als dit noodzakelijk is om de therapie te kunnen continueren.

Voldoet u aan alle voorwaarden, maar blijkt dat de SPT na de proefperiode onvoldoende verbetering geeft, dan levert u het apparaatje weer in; de verzekering zal dan ook niet vergoeden. Wilt u er toch mee doorgaan, dan kost het u €25,- per maand.

Controle

Alleen als u meer dan 15 ademstops per uur had, controleren we na 3 tot 4 maanden gebruik met een slaapregistratie of het aantal ademstops is afgenomen.

Tot slot

Voor informatie over het ziekenhuis kunt u terecht op onze website: www.ghz.nl. U kunt ook bellen naar het algemene informatienummer: (0182) 50 50 50.

Vragen?

In deze folder hebben wij u informatie gegeven over de positietrainer.

Als u nog vragen heeft, kunt u naar de Slaapzorg-professional bellen. We zijn op werkdagen bereikbaar op (0182) 50 50 89. U kunt ook een mail sturen naar:

slaapzorg@ghz.nl. Uw mail wordt zo spoedig mogelijk door ons beantwoord.

Bij dringende vragen kunt u op maandag t/m vrijdag van 9.00 tot 16.30 uur het secretariaat Longgeneeskunde bellen op: (0182) 50 50 08.

Colofon

uitgave: Groene Hart Ziekenhuis, Gouda
productie: Marketing & Communicatie
juli 2019
04.13.040