



Slaapcentrum

De OSAS verpleegkundige

Voor patiënten met Slaapapneu

Inleiding

U bent doorverwezen naar de OSAS verpleegkundige binnen het Streekziekenhuis Koningin Beatrix. De OSAS verpleegkundige is een verpleegkundige die gespecialiseerd is in OSAS bij volwassenen. In deze folder leest u wat OSAS inhoudt. Tevens krijgt u uitleg over de werkzaamheden van de OSAS verpleegkundige en wat zij voor u kan betekenen.

OSAS oftewel Slaapapneu

Obstructief Slaap Apneu Syndroom, ook wel OSAS genoemd, is een ademhalingsstoornis die bij sommige snurkers voorkomt. Tijdens de slaap stopt de ademhaling steeds enige tijd. Duurt de ademstilstand langer dan 10 seconden dan en daalt het zuurstofgehalte in het bloed dan noemt men dit een apneu. Als deze adem Pauzes meer dan vijf keer per uur optreden, kan er sprake zijn van OSAS.

Oorzaak van slaapapneu

Tijdens de slaap verslappen de spieren van het lichaam en dus ook die van de keel en het zachte gehemelte. Ook de tongbasis valt naar binnen. Zo raken de bovenste luchtwegen afgesloten.

Ondertussen blijven de hersenen signalen doorsturen naar onze belangrijkste ademhalingsspier, het middenrif, om door te blijven werken. Zo wordt in de ademhalingswegen een onderdruk opgebouwd, waardoor ze samentrekken en volledig worden afgesloten.

Vanaf vijf tot tien ademstilstanden (apneus) per uur, van langer dan 10 seconden per stilstand, kan het lichaam gevaarlijk worden belast, omdat het niet langer voldoende voorzien wordt van zuurstof. Het lichaam verlost zich van deze ademstilstanden door een alarmsignaal te geven aan de hersenen. We noemen dergelijke noodwaakreacties "arousals".

De OSAS verpleegkundige

De KNO- arts, longarts of neuroloog heeft u doorverwezen naar de OSAS verpleegkundige.

De OSAS verpleegkundige begeleidt, adviseert en/ of informeert u over verschillende facetten die met de ziekte of klachten te maken hebben, zoals:

- Het ziektebeeld
- Uitleg behandelplan
- Begeleiden bij het CPAP of AutoPAP
- Advies bij toename van klachten
- Advies en begeleiden bij problemen met de CPAP/ masker
- Adviseren of verwijzen naar andere instanties en deskundigen, zoals de thuiszorg, fysiotherapeut, diëtist, etc.



Afspraak

Een afspraak met de OSAS verpleegkundige kunt u via de secretaresse van de polikliniek Longgeneeskunde maken. U kunt de polikliniek Longgeneeskunde bereiken van maandag tot en met vrijdag van 8.30 – 12.15 en van 13.15 – 16.30 uur via telefoonnummer 0543 54 45 10.

Praktische tips ter voorbereiding op uw afspraak.

Om zo goed mogelijk voorbereid op de afspraak te komen, is het belangrijk dat u aan de volgende zaken denkt:

- Neem uw CPAP mee indien u deze gebruikt

Schrijf vragen of onduidelijkheden op die u tegenkomt. Deze kunt u stellen tijdens de afspraak met de verpleegkundig specialist.

Vragen

Bij vragen kunt u contact opnemen met de OSAS verpleegkundige. Zij is te bereiken op werkdagen tussen 12.00 – 12.30 uur (telefonisch spreekuur).

Telefoonnummer (0543) 54 48 11 of 54 49 06. Ook kunt u een mail sturen naar: osas@skbwinterswijk.nl

Geheimhouding en recht op privacy

Alle medewerkers van ons ziekenhuis hebben een geheimhoudingsplicht. Verder heeft u als patiënt recht op privacy. Uitgebreide informatie hierover kunt u vinden in de folder 'De rechten en plichten van de patiënt'. Deze is verkrijgbaar op de afdeling en bij de patiënteninformatie in de centrale hal. Daarnaast is deze folder te vinden op: www.skbwinterswijk.nl