

## CPAP-HOITO

---



CPAP-hoito (Continuous Positive Airway Pressure) on ensisijainen hoitomuoto vaikeassa ja usein myös keskivaikeassa uniapneassa. Myös terveelliset elämäntavat ja ylipainoisilla painonpudotus ovat tärkeä osa uniapnean hoitoa. CPAP-hoitoa voidaan antaa henkilölle, jolla on todettu uniapnea ja jolla hoidon todetaan korjaavan unenaikaiset hengityshäiriöt.

CPAP-hoito on osoittautunut tehokkaaksi hoitomuodoksi suurimmalle osalle uniapneetikoista. Yli 90% laitteen käyttäjistä kokee saavansa hoidosta apua. Tyypillisesti CPAP-laitteesta saa avun jo ensimmäisten hoitoöiden jälkeen, jolloin uniapneasta aiheutuvat oireet (mm. häiritsevä päiväväsymys ja huonolaatuinen yöuni) korjaantuvat ja suorituskyky, sekä elämänlaatu kohenevat.

CPAP-hoidolle ei ole varsinaisia vasta-aiheita ja sivuvaikutukset ovat suhteellisen vähäisiä. Yleisempiä hoitoon liittyviä ongelmia ovat nenän - ja nielun ärsytysoireet, sekä hoidon aiheuttama epämukavuus. Niitä ilmenee lähinnä hoidon alkuvaiheessa ja ne voidaan hoitaa asiantuntevalla avulla ja harjoituksella.

CPAP-hoidon periaatteena on saada hengitysteihin aikaan positiivinen ilmanpaine eli "ilmalasta", joka estää hengitysteiden kasaanpainumista unen aikana, mahdollistaen normaalin hengityksen ja häiriöttömän unen.

Hoito toteutetaan pienikokoisella sähkökäyttöisellä laitteella, kasvoille asetettavan maskin ja ilmatietekun välityksellä. CPAP-laitteen moottori puhalttaa huoneilmaa pienellä ylipaineella, joka ohjataan maskin kautta hengitysteihin.



Avoin ilmatie



Tukkeutunut ilmatie eli obstruktio



Nenä CPAP-hoito

CPAP-hoito ei paranna uniapneasairautta. Se tehoaa vain laitetta käytettäessä ja riittävän hoitovasteen saavuttamiseksi laitetta tulisi käyttää mahdollisimman säännöllisesti nukkumisen yhteydessä koko nukkumisjakson ajan, vähintään 4-5 tuntia kerrallaan.

CPAP-laite on lääkinällinen kuntoutuslaite. Laitteista tai niihin liittyvistä hoitotarvikkeista ei peritä erillisiä kuluja. Hoitolaitteesta tehdään luovutuksen yhteydessä sairaanhoitopiirin lainaussopimus.

CPAP-hoito aloitetaan erikoissairaanhoidossa keuhkosairauksien yksikössä. Aloitus toteutetaan ensisijaisesti poliklinisesti tai tarvittaessa vuodeosastolla. Tarkemmat tiedot löytyvät ajanvarauskirjeestä.

CPAP-hoidon aloituksen yhteydessä hoitolaitteeseen määritetään laitteen säädöt ja hoitomaski, sekä annetaan hoitoon liittyvä ohjaus. Tärkeää on, että hoitolaite tuottaa oikean määrän ilmaa valitulla painetasolla, riippumatta nukkuma-asennosta tai unen vaiheesta. Sopiva maski turvaa hoidon tehokkuuden ja lisää käyttömukavuutta. Valinta ja säädöt tehdään hoidon aloituksen yhteydessä yksilöllisesti, kuhunkin tarpeeseen ja niistä huolehtii asiantuntija (lääkäri, unihoitaja, kuntoutusohjaaja). CPAP-hoitoon kuuluu säännöllinen jatkoseuranta.

Apuvälinelainaan sisältyy palautusvelvollisuus, jos hoito ei toteudu suunnitellusti. Tarkempia tietoja saa hoitoyksiköstä.

## **Yhteystiedot**

Keuhkosairauksien poliklinikka, maanantaista perjantaihin kello 8.15-14.30

Puhelin 02 627 7081