

Après une première séance d'habitation à l'appareil à pression positive continue durant laquelle le choix de votre masque sera effectué, un deuxième rendez-vous sera fixé afin d'effectuer un premier contrôle d'utilisation de votre appareil. Vous communiquerez alors à l'équipe soignante votre premier ressenti sur l'amélioration de votre sommeil ainsi que les éventuels problèmes rencontrés durant ce laps de temps (irritation nasale, sécheresse de la bouche, inconfort dû au masque...). Celle-ci ne manquera pas de faire son possible pour y remédier.

Elle vous expliquera également, l'entretien et le nettoyage de la machine et de ses accessoires.

Si toutefois, entre-temps, vous rencontriez un problème URGENT, vous pouvez contacter le secrétariat de la clinique du sommeil au numéro de téléphone suivant :

065/61 46 25
du lundi au vendredi
de 8h30 à 15h30



Ne pas jeter sur la voie publique - Avril 2024.


Rue L. Caty 136 - 7331 Baudour


www.epicura.be


078 / 150 170

Suivez-nous !



EpiCURA
mon hôpital

**Clinique
du sommeil**

Hornu

Éditeur responsable : François Burhin - Rue Louis Caty 136 - 7331 Baudour

EpiCURA
mon hôpital

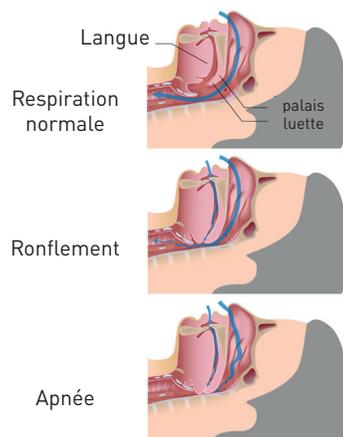
Vous venez d'apprendre que vous avez un syndrome d'apnées obstructives du sommeil nécessitant un traitement.

Quelques explications s' imposent...

Ce triptique vous est remis en complément des informations orales données par l'équipe soignante lors de la prise de possession de votre traitement afin que vous puissiez la relire chaque fois que vous le jugerez nécessaire.

Qu'est-ce que le syndrome d'apnées obstructives du sommeil (SAOS) ?

Il s'agit d'un trouble caractérisé par des arrêts répétés de la respiration pendant le sommeil, d'une durée MINIMUM de 10 secondes et dû à l'obstruction partielle (ronflement) ou totale (apnée) des voies aériennes supérieures.



Ces apnées sont généralement associées à des micro-éveils au niveau cérébral permettant la reprise d'une respiration efficace. Ces petits éveils répétés fragmentent votre sommeil, vous empêchant d'avoir un sommeil profond et réparateur.

Quelles sont les conséquences des apnées obstructives du sommeil (SAOS) ?

• LES CONSÉQUENCES COGNITIVES

Elles sont dues à un sommeil non réparateur entraînant :

- Fatigue excessive
- Somnolence diurne
- Irritabilité
- Trouble de la concentration et de la mémoire

Tout cela pouvant mener à une augmentation du risque d'accidents de circulation, de travail ou domestiques.

• LES CONSÉQUENCES CARDIO-VASCULAIRES

Une apnée s'accompagnant d'une diminution du taux d'oxygène dans le sang, leur répétition nuit après nuit, mois après mois peut avoir de sérieuses répercussions sur la santé et un impact négatif sur le système cardio-vasculaire.

RISQUES

- ◇ Hypertension artérielle;
- ◇ Infarctus,
- ◇ Troubles du rythme cardiaque;
- ◇ Accident vasculaire cérébral;
- ◇ Augmentation de la mortalité cardio-vasculaire.

• LES CONSÉQUENCES MÉTABOLIQUES

Telles que :

- Obésité
- Diabète de type II

Quels sont les traitements du syndrome d'apnées obstructives du sommeil (SAOS) ?

1. Mesures Hygiéno-diététiques
2. L'exercice d'une activité physique régulière
3. L'orthèse d'avancement mandibulaire (OAM)
4. La stimulation du nerf hypoglosse
5. La pression positive continue (PPC)

Le traitement de référence du SAOS est la pression positive continue (PPC). Elle consiste à insuffler de l'AIR dans les voies aériennes supérieures, de manière CONTINUE, à une PRESSION de l'ordre de 5 à 15 cm H₂O à l'aide d'un masque nasal ou facial relié à un tuyau.

La PPC permet de prévenir la fermeture du pharynx , **supprime le ronflement et les apnées, restaure ainsi, un sommeil réparateur et réduit les problèmes cardio-vasculaires.**

Il s'agit d'un traitement QUOTIDIEN à appliquer durant toute la vie puisque son interruption s'accompagne d'une réapparition des apnées obstructives et de leurs conséquences