

## Häufig gestellte Fragen

### Wie lange dauert es, bis ich eine Verbesserung feststelle, nachdem ich die CPAP-Therapie begonnen habe?

Sie und Ihre Familie sollten unmittelbar nach Beginn der Behandlung Verbesserungen feststellen können. Es ist jedoch wichtig, dass Sie das CPAP-Gerät jedes Mal, wenn Sie schlafen gehen, verwenden, um die Verbesserung der Lebensqualität auch langfristig zu sichern.

### Muss der Druck im CPAP-Gerät jemals geändert werden?

Der Druck im CPAP-Gerät ist auf Ihre aktuellen Bedürfnisse eingestellt. Ab und zu bedarf diese Einstellung der Feinabstimmung, z.B. nach einer größeren Veränderung des Körpergewichtes. Fall Sie bemerken, dass gewisse Symptome, wie Schläfrigkeit während des Tages, wieder auftreten, setzen Sie sich mit Ihrem Schlafmediziner in Verbindung.

### Ich spüre, dass durch die CPAP-Luft Reizungen in meinem Hals oder in meiner Nase verursacht werden.

Die beheizte Atemluftbefeuchtung hilft Ihnen, einen trockenen Hals oder nasale Nebenwirkungen, wie eine ausgetrocknete oder verstopfte Nase, zu verhindern. Achten Sie also darauf, dass Sie Ihr CPAP-Gerät zusammen mit einem beheizten Atemluftbefeuchter verwenden. Wenn Sie bereits einen Atemluftbefeuchter verwenden, können Sie eventuell die Feuchtigkeitzufuhr erhöhen, um mehr Wärme und Feuchtigkeit zu erhalten. Falls die Symptome jedoch anhalten, sollten Sie sich an Ihren Arzt wenden.

### Kann ich das CPAP-Gerät auch bei Erkältung benutzen?

Falls Sie eine gewöhnliche Erkältung haben, können Sie das CPAP-Gerät weiterhin benutzen, sofern Sie bequem atmen können. Vielleicht stellen Sie sogar fest, dass sich die Erkältungssymptome lindern lassen, indem Sie die Feuchtigkeitseinstellung erhöhen. Falls Sie jedoch mit dem Atmen Mühe oder eine Mittelohr- oder Nasennebenhöhlenentzündung haben, sollten Sie sich an Ihren Arzt wenden, bevor Sie mit der Behandlung fortfahren.

### Kann ich das CPAP-Gerät auf Reisen mitnehmen?

Das CPAP-System von Fisher & Paykel Healthcare ist mit einem Schaltnetzteil ausgerüstet und stellt sich deshalb in den meisten Ländern automatisch auf die jeweilige Spannung ein. Sie müssen dazu nur den länderspezifischen Netzadapter anschließen und Ihr CPAP-Gerät ist wieder einsatzbereit.

### Falls ich aus irgendeinem Grund ins Krankenhaus muss, soll ich mein CPAP-Gerät mitnehmen?

Ja. Wenn Sie aufhören, während des Schlafes ein CPAP-Gerät zu verwenden, kann sich Ihr allgemeiner Gesundheitszustand wieder verschlechtern. Falls Sie sich einer Operation unterziehen müssen, so ist es wichtig, dass Sie den Anästhesiearzt und den Chirurgen darüber informieren, dass Sie ein CPAP-Gerät verwenden.

185046658-DE REV A © 2012 Fisher & Paykel Healthcare Limited

1. Al Lawati NM et al. Prog Cardiovasc Dis 2009; 51(4): 285-93. 2. Budhiraja R et al. Respir Care 2010; 55(10): 1322-32. 3. Billmann SJ and Ware JC. Sleep Med 2002; 3(1): 55-9. 4. Nena E et al. J Occup Environ Med 2010; 52(6): 622-5. 5. Alghanim N et al. Lung 2008; 186(1): 7-12. 6. Tregear S et al. Sleep 2010; 33(10): 1373-80.

Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an Ihre Fisher & Paykel Healthcare-Vertretung.

#### Hersteller

Fisher & Paykel Healthcare Ltd  
15 Maurice Paykel Place  
East Tamaki, Auckland 2013

PO Box 14 348 Panmure  
Auckland 1741  
Neuseeland

Tel.: +64 9 574 0100  
Fax: +64 9 574 0158  
E-Mail: info@fphcare.co.nz  
Web: www.fphcare.com

#### Australien

Fisher & Paykel Healthcare Pty  
Limited 36-40 New Street,  
PO Box 167 Ringwood, Melbourne  
Victoria 3134, Australien

Tel.: +61 3 9879 5022  
Fax: +61 3 9879 5232

#### Österreich

Tel.: 0800 29 31 23  
Fax: 0800 29 31 22

#### Benelux

Tel.: +31 40 216 3555  
Fax: +31 40 216 3554

#### China

Tel.: +86 20 3205 3486  
Fax: +86 20 3205 2132

#### Frankreich

Tel.: +33 1 6446 5201  
Fax: +33 1 6446 5221

#### Deutschland

Tel.: +49 7181 98599 0  
Fax: +49 7181 98599 66

#### Indien

Tel.: +91 80 4284 4000  
Fax: +91 80 4123 6044

#### Republik Irland

Tel.: 1800 409 011

#### Italien

Tel.: +39 06 7839 2939  
Fax: +39 06 7814 7709

#### Japan

Tel.: +81 3 3661 7205  
Fax: +81 3 3661 7206

#### Nordirland

Tel.: 0800 132 189

#### Spanien

Tel.: +34 902 013 346  
Fax: +34 902 013 379

#### Schweden

Tel.: +46 8 564 76 680  
Fax: +46 8 36 63 10

#### Schweiz

Tel.: 0800 83 47 63  
Fax: 0800 83 47 54

#### Taiwan

Tel.: +886 2 8751 1739  
Fax: +886 2 8751 5625

#### Türkei

Tel.: +90 312 354 34 12  
Fax: +90 312 354 31 01

#### GB

Fisher & Paykel Healthcare Ltd  
Unit 16, Cordwallis Park  
Clivemont Road, Maidenhead  
Berkshire SL6 7BU, GB

Tel.: +44 1628 626 136  
Fax: +44 1628 626 146

#### USA/KANADA

Tel.: +1 800 446 3908  
oder +1 949 453 4000  
Fax: +1 949 453 4001



Sie sind nicht alleine. Viele von uns sehen einen guten Nachtschlaf als selbstverständlich an und sind sich gar nicht darüber bewusst, dass bis zu 9 %<sup>1</sup> aller Erwachsenen von einer potentiell lebensbedrohlichen Krankheit betroffen sind, nämlich der obstruktiven Schlafapnoe (OSA).

Während des normalen Schlafs ist der größte Teil der Muskulatur in entspanntem Zustand. Die Muskeln der Atemwege behalten jedoch eine gewisse Spannung, um sie für die Atemluft offen zu halten. Bei Menschen, die an OSA leiden, erschlaffen die Muskeln des Atemwegs zu stark. Dadurch wird der Luftfluss zur Lunge teilweise oder sogar gänzlich unterbrochen und es kommt zu einem Atemstillstand!

Wenn die Atemwege blockiert sind, erwacht der OSA-Patient teilweise oder gänzlich aus dem Schlaf, um Luft zu schöpfen. Diese Ereignisse werden jedoch oft nicht bemerkt. Die Schlafunterbrechungen können in manchen Fällen mehrere hundert Male pro Nacht auftreten und verursachen eine Belastung des Herzens, schwere Schlafstörungen und eine ausgeprägte Schläfrigkeit während des Tages.

Die obstruktive Schlafapnoe führt nicht nur zu einem unterbrochenen Schlaf, sondern sie kann auch tiefgreifende Auswirkungen auf alle anderen Bereiche Ihrer Gesundheit haben. Die nicht behandelte Schlafapnoe ist mit mehreren Folgeerscheinungen in Verbindung gebracht worden, wie:

- Hoher Blutdruck<sup>2</sup>
- Schwerwiegende Herz-Kreislaufstörungen, einschließlich Stauungsinsuffizienz und Schlaganfall<sup>2</sup>
- Getrennte Schlafzimmer bei Paaren<sup>3</sup>
- Verminderte Leistungsfähigkeit am Arbeitsplatz<sup>4-5</sup>
- Erhöhtes Risiko von Verkehrsunfällen<sup>6</sup>



## Gehören Sie zur Risikogruppe?

Nachfolgend finden Sie ein paar Fragen, die Sie sich selbst oder Ihrem Bettpartner stellen können. Falls Sie die meisten dieser Fragen mit „Oft“ oder „Manchmal“ beantworten, sind Sie eventuell von OSA betroffen und sollten sich zur weiteren Beratung an Ihren Arzt wenden.

OSA-CHECKLISTE	OFT	MANCHMAL	NIE
Schnarchen Sie?			
Wachen Sie nachts mit einem Erstickengefühl auf?			
Beobachtet Ihr Bettpartner Atemstillstände während des Schlafs?			
Sind Sie im Schlaf unruhig?			
Wachen Sie unausgeruht auf?			
Leiden Sie an übermäßiger Schläfrigkeit?			
Leiden Sie an morgendlichen Kopfschmerzen?			
Haben Sie ein schlechtes Gedächtnis oder Konzentrationsschwierigkeiten?			

## CPAP: Der Goldstandard in der OSA-Behandlung

Der kontinuierliche positive Atemwegsdruck (CPAP) stellt die einfachste und wirksamste Behandlung von OSA dar. CPAP-Geräte versorgen die oberen Atemwege durch eine Maske, die Nase und/oder Mund abdichtet, mit einem Luftfluss und schaffen so einen positiven Atemwegsdruck. Durch den positiven Druck werden die Atemwege offen gehalten und ein Kollabieren während des Schlafs wird verhindert.

Haben Sie mit der CPAP-Therapie erst einmal begonnen, so werden Sie wahrscheinlich eine umgehende Verbesserung der Symptome feststellen können. Um den Erfolg der Behandlung jedoch längerfristig zu sichern, müssen Sie das CPAP-Gerät jedes Mal, wenn Sie schlafen, anwenden. Wenn Sie ohne CPAP-Gerät schlafen, kehren die Symptome wieder zurück. Mit CPAP erhält Ihr Schlaf die Qualität, die Sie vermisst haben, und Sie wachen am Morgen frisch und ausgeruht auf.

## Neu: F&P ICON™

Das F&P ICON™ wurde von „außen nach innen“ entwickelt, um dem Wunsch von CPAP-Benutzern nach einem kompakten und eleganten CPAP-System nachzukommen, das sich nahtlos in jede Schlafzimmereinrichtung einfügt. Das F&P ICON™ ist außen elegant und innen intelligent. So können Sie sich beruhigt fühlen, da Sie wissen, dass Sie mit einer Reihe weltweit führender, den Komfort steigender Technologien zur Behandlung von OSA versorgt sind. Das F&P ICON™ bietet auch eine Anzahl praktischer Funktionen, wie ein Wecker und individuell einstellbare AlarmTunes™, die Sie in der CPAP-Therapie und im alltäglichen Leben unterstützen.



Auto

Premo

Novo

## Auswahl der richtigen Maske

Der Übergang zur CPAP-Therapie kann erleichtert werden, indem die Maske entsprechend der Beatmungskategorie ausgewählt wird. Zunächst sollten Sie feststellen, wie Sie normalerweise atmen (durch Mund, Nase oder beides). Danach sollten Sie überprüfen, ob Sie sich in geschlossenen Räumen beengt fühlen. Falls ja, dann sagt Ihnen eine Maske, die das Blickfeld freigibt, beispielsweise eine Direktnasalmaske oder eine Mundmaske, eventuell besser zu.



Zest™ Nasal



Forma™ Vollgesichtsmaske



Opus™ 360 Nasalkissen



Oracle™ Oral