



tekst: Nicolette Pietersen

COMBINATIE IN VERZORGINGSHUIS

# Cpap soms goed voor osas èn copd

Mijn moeder, 91 jaar, kreeg de diagnose osas van de longarts. Ik slaap zelf al ruim twee jaar met een cpap dus mijn moeder kent het apparaat. Het eerste wat ze zei was: 'Met dat ding ga ik niet slapen! Ik ben te oud om daar nog aan te wennen. Verzin maar iets anders dat helpt.'

Gelukkig had de longarts daar begrip voor en zij benadrukte dat mijn moeder zelf moest beslissen wat ze ermee deed, maar dat dringend werd geadviseerd wél de cpap te gaan gebruiken. Zeker omdat mijn moeder ook copd heeft. Eenmaal bij de longconsulent werd een cpap klaargezet en gezegd: 'Mevrouw probeert u het gewoon even. Vindt u het dan nog niks dan hoeft u echt niet.' Dit werd gezegd met een grote knipoog naar mij, waar ik op dat moment niets van begreep. Want ikzelf vond die eerste keer de cpap op m'n neus niet zo lollig, integendeel. Dus hoe moest dat gaan met iemand die absoluut niet wil? Niets was minder waar: masker op moeders neus, cpap aan met een lage druk, want het is maar een klein vrouwtje en binnen een halve minuut zag ik de ogen van mijn moeder groot worden van verbazing. 'Lekker joh, heel erg fijn...' zei ze en was om! Sindsdien is ze een trouwe fan van het apparaat net als wij allemaal.

## Verzorgenden wegwijs maken met cpap

Sinds een half jaar woont mijn moeder in een kleinschalig verzorgingshuis. Van de verzorgsters was er maar één die van osas had gehoord en zelfs zij had nog nooit een cpap gezien. Het kwam dus goed uit dat ik in het huis tekst en uitleg kon geven over het opzetten van het masker en vooral over het schoonhouden van de cpap. Maar je vraagt je af hoe het was verlopen als ik nu eens geen ervaringsdeskundige was geweest!

Overigens is de osas bij mijn moeder ontdekt doordat de verzorging haar plaagde met haar ongelofelijke gesnurk en ik hier toevallig een keer bij was. Toen vielen er voor mij allerlei puzzelstukjes in elkaar en is de test gedaan. De verzorging kwam door dat snurken niet zelf op het idee dat er meer aan de hand kon zijn. Gelukkig heeft het hoofd van het huis door dit verhaal ingezien dat het goed is als iedereen daar werkzaam meer over osas te weten komt. We gaan dit binnenkort gezamenlijk organiseren\*.

## Obstructies open blazen

Maar ik was wel aan het denken gezet. Waarom vond mijn moeder die eerste keer direct al zo prettig?

Osas = *ob*structief *slaap apneu* syndroom

Copd = *chronic obstructive pulmonary disease* (*chronisch obstructieve longaandoening*)

In beide aandoeningen zit de *o* van obstructie, ook al is de oorzaak heel verschillend. De cpap heft de obstructie op, dus eigenlijk is het logisch dat het effect bij beide aandoeningen aanwezig is. Alleen in het geval dat de copd als hoofdverschijnsel heeft dat de patiënt moeilijk kan uitademen zal de cpap geen enkel effect hebben of zelfs meer klachten veroorzaken.

## Overlapsyndroom

Onderzoek heeft aangetoond dat de continue druk van de cpap de luchtwegen bij copd helpt openen, waardoor het gevoel dat er 'een olifant op je borst zit' verdwijnt of in ieder geval minder wordt. In 'The Journal of Clinical Sleep' is een onderzoek gepubliceerd, waarin 3396 mensen met copd en/of osas onderzocht werden. 227 Mensen hadden zowel osas als copd, het zogenaamde 'overlapsyndroom'. Het gebruik van de cpap gaf in beide groepen een duidelijke verbetering. Onderzoekers van de Brown Universiteit vonden dat de behandeling met cpap bij mensen met copd het overlidensrisico van deze mensen verkleint. ■

\*Regelmatig krijgen verpleegkundigen in verzorgingshuizen en mantelzorgers te maken met oudere apneupatiënten die gebruik maken van een cpap of mra. Speciaal voor hen heeft de ApneuVereniging een handreiking ontwikkeld die beschrijft hoe zij deze patiënten het beste kunnen ondersteunen. Deze handreiking is te vinden op [www.apneuvereniging.nl](http://www.apneuvereniging.nl) onder Professionals.

