

Potilasohje: Yleistä Cpap- laitteesta eli ylipainehoitolaitteesta/Siilainen

Vastuualue: Vastaanottopalvelut

Erikoisala: / Palvelualue: Terveyspalvelut

Hyväksytty/Tarkistettu: 11.11.2021

Laitteen paikka kotona

- Varaa laitteelle tila yöpöydältä / tuoilta niin että laite on hieman sänkyä matalammalla. Sijoita laite niin ettei se ole lehtien tai pöytäliinan päällä. Huomioi ettei laite ole kiinni verhoissa tai liinavaatteissa. Näin tekstiileistä irtoava pöly ei keräydy laitteeseen. Laitetta ei pidä sijoittaa lattialle.

Laitteen käyttö lomalla ja verkkovirran ulottumattomissa

- Laitteeseen voi tilata laitevalmistajalta akkuadapterin, jolloin laitetta voi käyttää asuntoautossa / mökillä.
- Laitteessa on säädettävä jännite.
- Lentokoneessa laite on kuljetettava käsimatkatavaroissa. Tullia varten laitteesta saa todistuksen uniaponeahoitajilta.
- Lisätietoa saat uniapneahoitajilta tai laitevalmistajalta.

Huomioitavaa

- Jos laite rikkoutuu, ottakaa yhteyttä Siilaisen uniapneahoitajaan.
- Tupakointi pilaa laitteen ja vaikeuttaa uniapneaa!
- Maskissa olevat ilman ulostuloaukot on pidettävä avoimena.
- Muistathan varmistaa maskin tiiviyn koneen käynnissä ollessa: Nosta maskia kasvoilta niin että maskin tyyntä täyttyvät ilmalla ja lasket maskin takaisin kasvoille. Tätä keinoa voit käyttää myös, jos maski vuotaa yöllä.

Mediatri-/asiointinumeronne:

Yhteystiedot:

CPAP- hoitoon liittyvät asiat:

unihoitaja.siilainen@siunsote.fi (sähköpostiin asiointinumero TAI koko nimi ja syntymävuosi. EI henkilöturvastunusta). Yhteydenotot ensisijaisesti sähköpostitse.

P. 013 3307687, soittoaika arkisin klo 12-14.

CPAP –laitteen ja tarvikkeiden puhdistus

Maski

- Maski kannattaa puhdistaa joka aamu, jolloin maski ehtii kuivua illaksi. Ennen kun otat uuden maskin käyttöön, pese se huolellisesti saippualla ja lämpimällä vedellä.
- Irrota maskista remmistö ja tarvittaessa pura maski ohjeen mukaan osiksi perusteellisempaa pesua varten.
- Pese maski lämpimässä vedessä miedolla saippualla. Parhaiten pesuaineeksi soveltuu saippua, missä ei ole hajusteita tai öljyjä esim. LV:n tai Erisanin miedot nestesaippuat. Voimakkaista pesuaineista jää maskin pinnalle jäämiä.
- Huuhtelee maski huolellisesti. Jos maski näyttää yhä rasvaiselta, pese se uudelleen.

Letku

- Letku pestään kerran viikossa. Letkuun voi käyttää myös maskin pesuun käytettävää mietoa saippuaa. Lopuksi laske letkusta läpi lämmintä vettä, jolloin letku huuhtoutuu kunnolla.
- Aseta letku lopuksi roikkumaan, jolloin se kuivaa parhaiten.

Varmista, että letku ja maski ovat kuivuneet hyvin. Letkun ja maskin kuivumisen varmistamiseksi varusteet voi kiinnittää CPAP-laitteeseen ja antaa laitteen käydä ”tyhjää” n. 10 – 15 minuutin ajan.

Suodatin

- Suodattimen kunto on hyvä tarkistaa kerran kuussa. Tarvittaessa suodattimesta voi poistaa huonepölyn ”pölistelemällä”.
- Vaihda suodatin uuteen 4 – 6 kuukauden välein. Laite muistuttaa suodattimen vaihdosta 4kk:n välein muistutuksella: ”On aika vaihtaa suodatin. Ota yhteyttä hoitavaan yksikköön”. Yhteyttä ei tarvitse ottaa, riittää että vaihdat suodattimen ja kuittaa muistutuksen pois näytön vieressä olevasta pyöreästä näppäimestä painamalla.

Kiinnityssyyn tai –remmistön ja leukahihnan puhdistus

Pese nämä osat vähintään kerran viikossa ja tarvittaessa useammin!

- Irrota remmistö tai myssy maskista. Pese kankaiset osat käsin tavallisella pyykinpesuaineella. Valkaisuaineita ei tule käyttää.
- Anna remmistön/ myssyn kuivua vapaassa ilmassa. Ne eivät kestä rumpukuivausta.
- Kiinnitä kuiva ja puhdas remmistö maskiin. Muutamien pesukertojen jälkeen on syytä säätää uudelleen remmistön kireys.

CPAP-laitteen puhdistuksessa ei pidä käyttää pesuaineita. Pölyt voi pyyhkiä laitteen pinnalta pois esim. nihkeällä mikrokuituliinalla. Myös lämpölevy on pyyhittävä nihkeällä liinalla kuukausittain.

CPAP –laitteen vesikostuttimen käyttö ja huolto

Kostuttimen käyttö

- Kun käytät laitteen kanssa kostutinta, aseta laite päätä alemmalle tasolle. Letkuun voi kertyä kosteutta hoidon aikana.
- Täytä vesisäiliö vain MAX-viivaan asti.
- Laitetta liikuteltaessa vesisäiliön on oltava aina tyhjä. CPAP-laite ei ole vesitiivis!

Päivittäin

- Tyhjennä aamuisin vesi säiliöstä, huuhtelee säiliö ja aseta se päiväksi kuivumaan.
- Iltaisin täytä säiliö puhtaalla vedellä.
- Säiliössä voi käyttää tavallista vesijohtovettä.
- Käytä vesisäiliössä vain puhdasta vettä.

Viikoittain

- Pura vesisäiliö ja pese osat käsin tai astianpesukoneella miedolla astianpesuaineella. Jos säiliön pesee astianpesukoneessa, aseta säiliön osat pesukoneen yläkoriin ja valitse ohjelmaksi esim. lasinpesuohjelma.
- Säiliötä ei pidä kuivattaa suorassa auringonvalossa.

Tarvittaessa

- Poista kalkki- ja mineraalisaostumat etikka-vesiseoksella. (Seoksen suhde 1:10)
Anna seoksen vaikuttaa noin 10 minuuttia ja huuhtelee säiliö huolella.

2 vuoden välein

- Vaihda vesisäiliö uuteen.

Muista!

- Kostutinta ei pidä liikutella, kun vesisäiliössä on vettä.
- Säiliön säännöllinen puhdistus takaa, ettei säiliöön ala kertymään bakteereja. Huonosti puhdistettu vesisäiliö voi lisätä hengitystieoireita ja vaikeuttaa CPAP-hoitoa.

Nenän hoito-ohje CPAP –laitteen käyttäjälle

Yleisimpiä ongelmia CPAP-laitteen käytössä ovat nenän kuivumiseen liittyvät ongelmat. Laitteen puhaltama ilma voi kuivattaa nenän limakalvoja. On ensisijaisen tärkeää noudattaa CPAP-laitteen puhdistusohjeita, etteivät nenäoireet lisäänty.

Nenän kuivuuteen ja karstoittumiseen

- Humidose[®]-liuos tai muu apteekista ilman reseptiä saatava keittosuolaliuos.
- A-Vita[®]-, seesamöljy- tai Nezantol[®]- suihke kannattaa aloittaa jo hoidon alussa.

Jatkuvaan nuhaan ja nenän tukkoisuuteen

- Kortisonipitoinen nenäsumute (esim. Beclonasal, Flixonase, Nasonex), jota käytetään säännöllisesti lääkärin ohjeiden mukaan. Lääkkeet ovat reseptilääkkeitä, joiden käytöstä on hyvä keskustella lääkärin kanssa.
- Tarvittaessa voi hoidoksi kokeilla myös antihistamiinitabletteja (esim. Duact -> reseptilääke tai Heinix -> ilman reseptiä).

Nenän tukkeutuminen yöllä

- Nasolin tai Otrivin nenäsuihkeita voi käyttää 10 vuorokautta kerrallaan. Nämä eivät siis ole säännölliseen käyttöön.

Jatkuva vesinuha

- Atrovent nasal- nenäsumute. Sumute on reseptilääke.

Ihoärsytys ja sierainaukkojen ärsyntyminen

- Perusvoiteet
- Bepanthen-voide
- Kortisonivoiteita ei ole suositeltavaa käyttää kasvojen alueella.
- Ihon painumista voi ennalta ehkäistä erilaisilla ihon hoito- ja suojailevyillä.

Hoitoon liittyvissä ongelmissa on aina hyvä olla yhteydessä Siilaisen uniapneahoitajiin.

Potilasohje: CPAP-potilaiden etäseuranta

CPAP-hoidon aloituksen jälkeen olette CPAP-hoidon etäseurannassa.

CPAP-hoidon etäseurannan avulla seurataan potilaan hoitoa langattomasti. CPAP-laitteen muistikortti tallentaa yön ajalta hoitotiedot, ja sairaanhoitaja voi tarkastella niitä tietokoneohjelman kautta.

Etäseurannan avulla saadaan tietoa esimerkiksi hoidon onnistumisesta, maskin sopivuudesta ja CPAP-hoidon sopivuudesta. Sairaanhoitaja voi tehdä tarvittaessa etäseurantaohjelman kautta laitesäätöihin muutoksia yhteistyössä potilaan kanssa.

Etäseurantaohjelma nostaa potilaan tiedot esille, mikäli laitteen käytössä on mahdollisia ongelmia. Tällöin hoitaja tarkastelee hoidon sujumista etäseurannan kautta ja on tarvittaessa yhteydessä potilaaseen. Säännönmukaisesti etäseuranta ei tarkastella.

Ammattikuskien cpap- hoidon sujumista seurataan etäseurannasta 1kk:n ja 3kk:n kohdalla hoidon aloituksesta sekä sen jälkeen 3 kk:n välein ensimmäisen vuoden ajan.

Omaseurantapalvelu potilaille

Internetissä osoitteessa myair.resmed.eu voitte halutessanne seurata cpap hoidon sujumista. Palveluun tulee luoda omat tunnukset ja laitteesta on syötettävä ohjelmaan sarjanumero (sn) sekä yksilöintinumero (dn). Ohjelma neuvoo kirjautumisessa. **Suosittelimme omaseurannan käyttöönottoa lämpimästi;** seurannan kautta saatte ajantasaista tietoa hoidon sujumisesta, jolloin voitte itse reagoida mahdollisiin ongelmiin, esim. maskivuotoon.

Laitteen käyttöönotosta ja maskien käytöstä löytyy selkeitä, suomenkielisiä ohjevideoita sivustolta <https://www.resmed.fi/potilaat/tukipalvelu/resurssit/apua-hoidonaloitukseen/>

Cpap kontrollit

Ensimmäiseen Cpap kontrolliin teidät kutsutaan Siilaisen uniapneahoitajan vastaanotolle noin vuoden kuluttua hoidon aloituksesta. Jos hoito on etäseurannan mukaan sujunut hyvin, voidaan kontrolli tehdä myös puhelinkontrollina.

Muista CPAP-laitteen ja maskin huolto!

**Säännöllinen puhdistus
takaa parhaan hoitotuloksen.**



Päivittäin

Maski ja ilmaletku
- Irrota ja kuivata
- Pese tyynyosa

Kostuttimen säiliö
- Vaihda vesi

Viikoittain

Maski ja ilmaletku
- Pese ja huuhtele

Remmit
- Pese ja huuhtele

Kostuttimen säiliö
- Pese ja kuivata

Kuukausittain

Maski ja ilmaletku
- Tarkasta kunto

CPAP-laite
- Tarkasta suodatin,
vaihda tarvittaessa

Kostuttimen säiliö
- Tarkasta kunto

6 kk välein

CPAP-laite
- Vaihda suodatin

12 kk välein

Maski ja ilmaletku
- Vaihda uuteen

Kostuttimen säiliö
- Poista saostumat

24 kk välein

Kostuttimen säiliö
- Vaihda uuteen



resmedtuotteet.fi

HUOM! Pyydä tarkemmat ohjeet hoitavalta yksiköltäsi.

RESMED

Maailman johtava uniapnea- ja hengityslaittevalmistaja www.resmed.com

82/03