

## Työohje: Cpap laitehoidon aloitus etäryhmässä

Vastuualue: Vastaanottopalvelut

Erikoisala / Palvelualue: Terveysasemat

Hyväksyjä: Jouni Tirronen

Laatija: Minna Tanskanen

Hyväksytty: 11.11.2021

Voimassa: 11.11.2026

Potilaalla on oltava perustiedoissa etäkäyntilupa sekä sähköpostiosoite. Etäkäynnin luomiseen Teams-alustalle löytyy ohje tiedostopankista:

[Siunsote TIE TYOOHJE etaryhmäkäynti Teams.docx \(sharepoint.com\)](#)

Potilaille varataan ASIA-aika muutamaa päivää ennen etäohjausta, jolloin heille luovutetaan Cpap- laite ja maskit (1 kpl nenämaski ja 1 kpl suunenä- /kokokasvomaski) sekä suodattimia 4kpl. Mikäli potilas asuu kauempana, voidaan laite ja tarvikkeet lähettää hänelle lähimmälle terveysasemalle haettavaksi. Tällöin ajanvarauskirjeeseen on merkittävä päivämäärä, jolloin potilaan on laite haettava terveysasemalta. Laitteen mukana annetaan

- lainaussopimus laitteesta
- tullitodistus
- unitutkimuslausunto
- Cpap- laitteen ja tarvikkeiden puhdistusohjeet
- Airtesen10 autoset laitteen käyttöönotto ennen etävastaanottoa- ohje
- vie laite etäseurantaan, laita aloituspäiväksi päivä, jolloin potilas saa laitteen käyttöönsä
- vie potilas kontrollijonoon
- tulosta potilaalle potilasohje etäryhmäkäyntiin liittyen tiedostopankista:

[Siunsote TIE ASIAKASOHJE etaryhmäkäynti Teams.docx \(sharepoint.com\)](#)

Potilaat ohjeistetaan jo itsenäisesti tutustumaan cpap-laitteeseen kotona annettujen ohjeiden perusteella. Potilaiden tulee laitetta ja maskeja testata kotona ja heitä kannustetaan jo nukkumaan laitteen kanssa ennen etäohjausta.

Etäryhmävastaanotolle potilaalle varataan aika ajanvarauskirjalta aikatyypille RYH.

Etävastaanoton tukena käytetään Power Point esitystä, jonka pohjalta kerrataan uniapnea sairautena, unitutkimuslausunnon tärkeimmät termit uniapnean kannalta ja uniapnean hoito, sekä kontrollit.

- Obstruktiivinen uniapnea, hengityskatkot johtuvat keuhkoputkien yläosan tukkeutumisesta osittain tai kokonaan unen aikana

- asentoriippuvainen uniapnea, hengityskatkoja esiintyy selvästi enemmän potilaan nukkuessa selällään kuin muissa asennoissa
  - sentraalinen uniapnea, hengityskatkot johtuvat hengityskeskuksen automaattisen säätelyn häiriöstä (Cpap laite ei pysty poistamaan sentraalisia hengityskatkoja)
- AHI= apneoiden (hengityskatkojen) ja hypopneoiden (hengityksen vaimenemisien) määrä tunnissa
- ODI= veren happipitoisuuden merkittävien laskujen määrä tunnissa
- Karkeasti jaotellen; lievä uniapnea AHI ja ODI3 5-15/h, keskivaikea uniapnea AHI ja ODI3 16-30/h, vaikea uniapnea AHI ja ODI3 >30/h

**Lievässä uniapneassa** hoitomuotona käytetään ensisijaisesti painon pudottamista mikäli ylipainoa on. Asentohoito ohjataan, mikäli lievä uniapnea on asentoriippuvainen. Myös tupakoinnin lopettaminen ja muutoinkin terveelliset elämäntavat voivat riittää lievän uniapnean hoidoksi. Lievässä uniapneaa myös yksilöllisesti valmistetut uniapneakiskot voivat normaalipainoisella ihmisellä riittää uniapnean hoidoksi. Kiskot teetetään perusterveydenhuollon hammashoitolassa tai yksityisellä hammaslääkärillä. Hammaskiskot tuovat alaleukaa eteenpäin nukkuessa, jolloin nieluuntulee enemmän tilaa ja lievässä uniapneassa tämä voi riittää vähentämään hengityskatkoja. Tällä hetkellä kiskot tulevat maksamaan potilaalle noin 700e.

**Keskivaikeassa ja vaikeassa uniapneassa** Cpap laitehoito on tehokkain hoitomuoto mahdollisen painonpudotuksen ohella.

Cpap- laite puhaltaa ylipaineella ilmaa potilaan hengitysteihin ja pitää ylipaineen avulla hengitystiet avoimina. Käytössä on automaattiset laitteet, jotka säätelevät puhalluspaineen potilaan oman hengityksen mukaan yksilöllisesti.

#### **Cpap laitteen käytöstä käydään läpi olennaiset asiat:**

- virtajohto, muuntajan virran tarkastus (palaako vihreä valo muuntajassa kun virtajohto on pistokkeessa? jos ei, muuntaja on rikki ja virtajohto on uusittava)
- lämpöletkun käyttö ja huolto
- kostuttimen käyttö ja huolto
- suodattimen puhdistus ja vaihto
- maskien käyttö ja huolto
  - o maskit puetaan kasvoille ohjauksessa, jotta nähdään että potilaat osaavat ne pukea oikein kasvoille
- nenänhoito Cpap hoidon aikana

Potilaat ohjataan etsimään tarvittaessa lisätietoa laitteen käytöstä tai toiminnoista (mm. omat valinnat-valikko) annetuista ohjeista, laitteen ohjekirjasta tai laitevalmistajan internet sivuilta, josta löytyy hyviä suomenkielisiä ohjevideoita laitteen ja maskien käytöstä.

## Kontrollit

Cpap-laitteet on etäseurannassa. Etäseuranta-ohjelma nostaa esiin potilaat, jolla on ongelmia laitehoidon suhteen (laitteen käyttö liian vähäistä, maskivuotoa liikaa tai AHI koholla). Tällöin hoidon sujumista tarkastellaan etäseurannasta ja tarvittaessa ollaan potilaaseen yhteydessä. Etäseurannan kautta voidaan muuttaa myös laitteen asetuksia tarvittaessa.

Potilas kutsutaan vuoden kuluttua cpap-kontrolliin jonosta. Aikaa annettaessa etäseurannasta tarkastellaan hoidon sujumista, mikäli hoito sujuu hyvin, kontrolli voidaan tehdä myös puhelinkontrollina. Mikäli hoidon suhteen etäseurannassa nähdään ongelmia, kutsutaan potilas kontrolliin vastaanotolle.