

Behandeling van Obstructief Slaap Apneu (OSA)



met een Mandibulair
Repositie Apparaat
(MRA)

Gelre ziekenhuizen
Apeldoorn

Inleiding

Snurken, vermoeidheid en in slaap vallen overdag, maar ook hart- en vaataandoeningen en verkeersongevallen kunnen het gevolg zijn van Obstructief Slaap Apneu (OSA). Bij u is deze diagnose gesteld en u bent daarom doorverwezen naar onze afdeling Mondziekten, Kaak- en Aangezichtschirurgie (MKA-chirurgie). Wij zijn sinds 2009 gespecialiseerd in het behandelen van OSA met behulp van een Mandibulair Repositie Apparaat (MRA) en zijn op dit gebied een van de grootste klinieken in Nederland. Onze MKA-chirurgen zijn allemaal geaccrediteerd door de Nederlandse Vereniging voor Tandheelkundige Slaapgeneeskunde (NVTG).

In deze folder leest u meer over het Obstructief Slaap Apneu en de behandeling ervan van MRA.

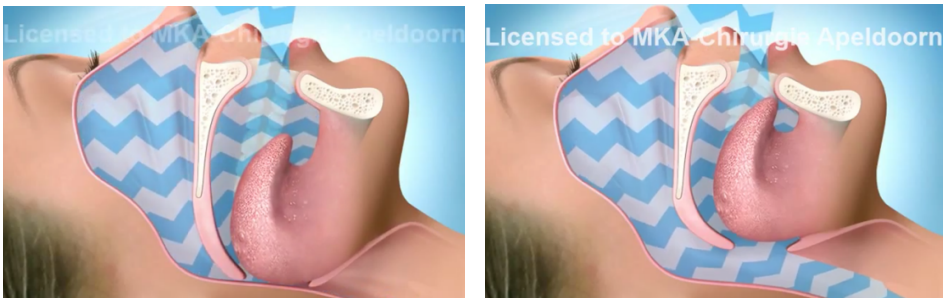
Inhoudsopgave

	Pagina
Snurken en OSA	4
Mandibulair Repositie Apparaat (MRA)	4
Bijwerkingen van een MRA	6
Het aanmeten van een MRA	7
Basisverzekering	9
Behandelalternatief	10
Meer weten?	11
De MKA-chirurgen	12
Contact	12

Snurken en OSA

Snurken en het Obstructief Slaap Apneu ontstaan door het (gedeeltelijk) dichtvallen van de bovenste luchtweg tijdens de slaap. Hierbij kunnen ademstops (apneus) ontstaan doordat het zachte deel van het gehemelte, de wand van de keelholte of de tong de luchtweg blokkeert. Door deze afsluiting vindt er geen transport van lucht naar de longen plaats. U ademt dan onvoldoende zuurstof in en onvoldoende koolzuurgas uit. Met name als u op de rug ligt, vindt dit sneller plaats.

Hieronder ziet u wat er gebeurt als de tong naar achter zakt en de luchtweg geheel of gedeeltelijk afsluit.



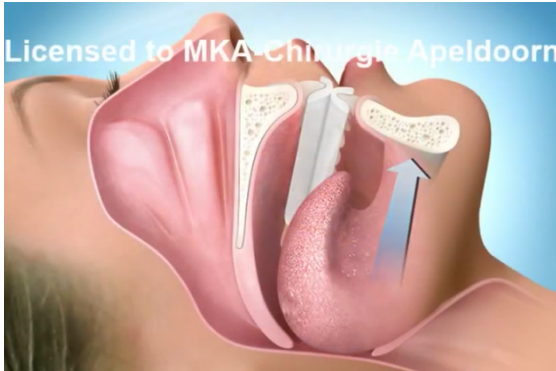
Naast een ademstop (apneu) kan er ook sprake zijn van een sterk verminderde ademhaling (hypopneu). Men spreekt van OSA bij meer dan 5 apneus of hypopneus per uur.

Mandibulair Repositie Apparaat (MRA)

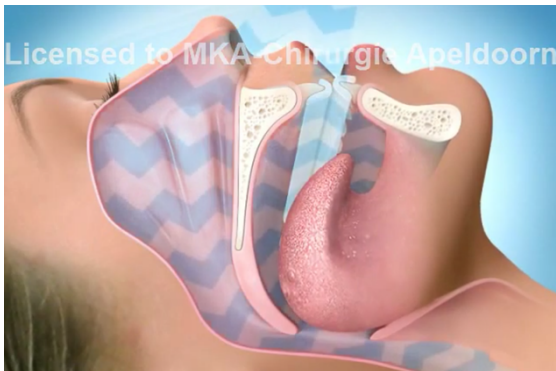
Snurken en Obstructief Slaap Apneu kunnen we behandelen met een kunststof beugel die u 's nachts over uw tanden draagt. De beugel brengt uw onderkaak in een voorwaartse stand waardoor de luchtweg open wordt gehouden. De gedeeltelijke obstructie van de luchtstroom bij het snurken of de volledige obstructie van de luchtstroom bij een ademstop,

kan met deze beugel worden opgeheven. We noemen deze beugel ook wel een Mandibulair Repositie Apparaat (MRA).

Onderstaande afbeeldingen geven de werking van een MRA weer.



Afbeelding 1: luchtweg zonder het gebruik van een MRA. Door het naar achteren zakken van de tongbasis en zachte gehemelte wordt de luchtweg geblokkeerd.



Afbeelding 2: luchtweg met het gebruik van een MRA. De MRA verplaatst de onderkaak naar voren waardoor er meer ruimte ontstaat en de luchtweg weer open komt.

Bij lichte tot matige slaapapneu gaat, in de meeste gevallen, de voorkeur uit naar een behandeling met een MRA. Het is belangrijk dat u de MRA elke nacht tijdens de slaap draagt. Bij het niet dragen zal de luchtweg weer dichtvallen en zullen de klachten terugkeren. Een MRA geneest de aandoening niet.



Afbeelding 3: somnodent fusion MRA



Afbeelding 4: met somnodent fusion MRA in de mond

Bijwerkingen van een MRA

Bij het gebruik van een MRA kunnen een aantal bijwerkingen ontstaan:

- gevoelige tanden of kiezen;
- droge mond of overmatige speekselvloed;
- gevoelige kauwspieren.

Deze bijwerkingen zijn meestal tijdelijk van aard en zullen voornamelijk in het begin van de behandeling met een MRA aanwezig zijn.

Daarnaast zijn de volgende bijwerkingen soms mogelijk:

- standsverandering tanden of kiezen:
Als u in de ochtend de MRA uit de mond haalt, ontstaat soms het gevoel dat de tanden en kiezen niet meer helemaal goed op elkaar staan. Na enkele uren zal dit gevoel meestal weer verdwijnen. Bij langdurig gebruik van een MRA kan door de druk die op de tanden en kiezen wordt uitgevoerd een standsverandering optreden. Dit zal mede afhankelijk zijn van de staat van het kaakbot waarin de gebitselementen verankerd zijn.
- loskomen van kroon- en brugwerk:
Door de druk die een MRA uitoefent op de gebitselementen kan het in uitzonderlijke gevallen voorkomen dat een kroon of brug loskomt. Bij het vervaardigen van een MRA wordt hier rekening mee gehouden, zodat zo nodig de kroon of brug minder wordt belast.

Het aanmeten van een MRA

Voor het vervaardigen en goed instellen van een MRA krijgt u een aantal afspraken op de polikliniek:

1. afspraak bij de MKA-chirurg

Bij het eerste bezoek onderzoekt de MKA-chirurg of uw gebit geschikt is voor een MRA. Hierbij zullen ook röntgenfoto's worden gemaakt. Tevens krijgt u een afspraak bij de fotograaf om lichtfoto's te maken om de stand van de tanden goed te kunnen volgen. Dit bezoek duurt ongeveer 30 minuten in totaal.

2. afspraak bij de MRA consulent voor afdrukken

In de volgende afspraak worden afdrukken gemaakt van het gebit. U levert het formulier (informed consent) dat u, samen met de informatiefolder, heeft meegekregen ondertekend in. Uiteraard kunt u bij dit bezoek nog vragen stellen over de werking van de MRA. Dit bezoek duurt ongeveer 20 minuten in totaal

De gemaakte afdrukken worden doorgestuurd naar de technicus voor het vervaardigen van de MRA.

3. afspraak bij de MRA consulent voor plaatsen MRA

Na ongeveer vier weken is de MRA klaar en krijgt u een afspraak om hem te plaatsen. Daarnaast krijgt u uitgebreide uitleg over de werking, het gebruik en het onderhoud van de MRA.

4. afspraak bij de MRA consulent voor controle

Afhankelijk van de situatie krijgt u meestal een controle-afspraak na enkele weken, om het effect met u te beoordelen. De beugel is goed en gemakkelijk verstelbaar en de positie kan gemakkelijk aangepast worden om tot een optimale werking te komen. Aanpassingen in de stand bespreekt de MRA consulent met u en u zult dit ook eenvoudig zelf kunnen uitvoeren.

5. afspraak bij de KNO-arts

Als de MRA goed is ingesteld, en u hopelijk goed slaapt, uitgerust bent en niet meer snurkt, wordt u verder gevolgd door de KNO-arts. Op indicatie zal een nieuw slaaponderzoek worden aangevraagd. Als de waarden daarna goed zijn, dan zien we u na een jaar terug ter controle van de MRA. Als de waarden van het slaaponderzoek nog niet goed genoeg zijn, komt u weer terug naar ons om de MRA samen beter in te stellen.

Basisverzekering

Sinds 1 januari 2010 wordt de MRA vergoed vanuit de basisverzekering. Over het algemeen geldt dat u voor vergoeding in aanmerking komt als u een AHI heeft tussen de 5 en 30 én u klachten heeft als gevolg van uw slaapapneu. Het aanmeten van een MRA moet worden uitgevoerd door een specialist die geaccrediteerd is door Nederlandse Vereniging voor Tandheelkundige Slaapgeneeskunde (NVTs).

Alleen problemen met snurken, geen OSA?

Mocht u niet in aanmerking komen voor vergoeding vanuit de basisverzekering, omdat u bijvoorbeeld flink snurkt, maar geen OSA heeft? Dan kunt u de MRA zelf aanschaffen. Er zijn dan twee opties:

1. de bovenstaande MRA (Somnodent), op maat gemaakt, traploos instelbaar, met 5 jaar garantie en met "no cure-no pay" garantie. U kunt de MRA 3 maanden proberen. Mocht het u niet helpen dan levert u de MRA weer in en kost de MRA u uiteindelijk € 99,-. Als u de MRA houdt, dan kost het u € 569,-.
2. de alternatieve MRA (Somnosnore), op maat gemaakt, beperkt instelbaar, met 1 jaar garantie, zonder "no cure-no pay". Deze MRA kost u € 289,-.

Bij beide MRA's vindt voorafgaand tandheelkundig onderzoek plaats en wordt de MRA zo nodig aangepast op kwetsbaarheden in uw gebit. Op internet zult u mogelijk ook boil-in-bite bitjes vinden. Deze bitjes maakt u warm en daarna bijt u erin zodat het past. Hierbij mist u het tandheelkundig onderzoek en de individuele aanpassing van de MRA. Deze MRA's komen makkelijk los door een mindere pasvorm en u heeft verhoogd risico op tandverplaatsing en/of tandschade.

Behandelalternatief

In enkele gevallen kan er sprake zijn van een te ver terug liggende stand van de onder- en/of bovenkaak waardoor de luchtweg vernauwd is. De kaakchirurg zal dit tijdens de eerste afspraak beoordelen. Het is in die situatie soms mogelijk om met een operatie de onder- en/of bovenkaak naar voren te verplaatsen.



Mocht u hiervoor in aanmerking komen dan zal de MKA-chirurg u hierover verder informeren.

Meer weten?

Kijk voor meer informatie op:

www.mka-apeldoorn.nl/behandelingen/slaapapneu Of scan deze QR code:



www.apneuvereniging.nl

www.nvts.nl

www.somnomed.com/nl/

De MKA-chirurgen



Dhr. S Heijnsbroek



Dhr. P. Kraaij



Dhr. R. Bouwman

Contact polikliniek Mond-, Kaak- en Aangezichtschirurgie Gelre Apeldoorn

- maandag t/m vrijdag 8.30 – 12.30 en 13.30 – 16.00 uur, tel: 055 - 581 18 06
- buiten kantooruren via receptie/Spoedeisende Hulp, tel: 055 – 581 81 81
- www.mka-apeldoorn.nl