Søvnapnøskinne / Antiapnøskinne

Snorker du - og er din dag præget af træthed?

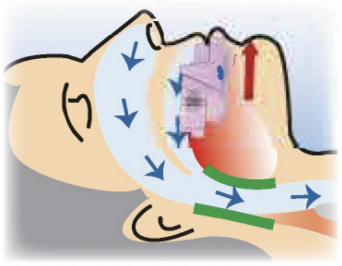
Din dagstræthed kan skyldes ubevidste vejrtrækningspauser pga. søvnapnø.
Obstruktiv søvnapnø (OSA) er en lidelse, der gør at luftvejene kollapser, og vejrtrækningen udebliver i mere end 10 sekunder. Du vågner derfor af apnøerne mange gange i løbet af natten, op til 400 gange på en nat, i mange tilfælde uden at vide at opvågningerne finder sted. Derved bliver søvnkvaliteten væsentligt forringet, og dagstræthed opstår med risiko for søvnanfald i løbet af dagen.

SomnoMed® Søvnapnøskinne

Ved mistanke om søvnrelaterede vejrtrækningsproblemer skal du undersøges hos en læge. Hvis du er egnet til at blive behandlet med en SomnoMed® søvnapnøskinne, så foretager vi hos TandCenter Mølholm de nødvendige målinger, for at få lavet en individuel og skræddersyet SomnoDent® skinne til dig.

SomnoMed® søvnapnøskinne er en enkel løsning, der behandler vejrtrækningspauserne og din snorken, så du får en rolig søvn og en veloplagt dag.
Skinnen giver dig mulighed for at åbne og lukke munden, samt at tale og drikke normalt samtidig med at du har skinnen på.

Skinnen placeres, over både de øverste og de nederste tænder, for derefter nænsomt at trække underkæben frem under søvn, sådan at luftvejene forbliver åbne og apnø forhindres.



Derudover er den let at have med på evt. rejse, da den ikke fylder meget. Skinnen er meget diskret - op til 90% adspurgte patienter siger de ikke oplever gener ved brug af skinnen.

Hvad kan du forvente efter påbegyndt behandling?

Din mund kan muligvis føles øm i dagene/ugerne efter, at du er begyndt at anvende din skinne.
SomnoMeds Morning Respositioner hjælper med at reponere dit bid, efter du har brugt skinnen om natten.

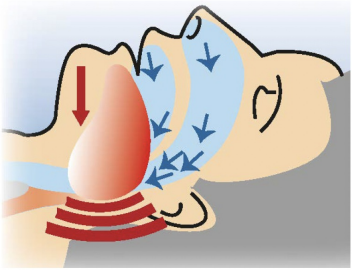
Du kan opleve en øget produktion af spyt. Placer et håndklæde på din pude de første nætter for at afhjælpe problemet.
Din mund og dine læber vil kunne opleves tørre om morgenen. Hav evt. et glas vand og læbepomade tilgængeligt på natbordet.

Nogle patienter fjerner ubevidst skinnen i løbet af natten. Hvis du vågner uden din skinne i munden, så rengør den blot og opbevar den i beholderen til du igen skal anvende den.

En specialtillavet SomnoMed skinne er fremstillet af den højeste kvalitet akryl, der hverken misfarves eller lugter - ej heller over tid. Skinnen har en patenteret og blød inderside, der giver øget komfort. Alle skinner har 2 års garanti for produktionsfejl.
Læs mere om garantioplysninger på **www.somnomed.com**

Hvad er søvnapnø?

Når vi sover, fører tyngdekraften og afslappede muskler til, at tungen og det bløde væv omkring falder bagover i munden. Her blokkeres de øvre luftveje, noget der kan obstruere vejrtrækningen.



Obstruktiv søvnapnø (OSA) er en lidelse, der gør at luftvejene kollapser, og vejrtrækningen udebliver i

mere end 10 sekunder. Du vågner derfor af apnøerne mange gange i løbet af natten, op til 400 gange på en nat, i mange tilfælde uden at vide, at opvågningerne finder sted.
Derved bliver søvnkvaliteten væsentligt forringet, og dagstræthed opstår med risiko for søvnanfald i løbet af dagen.

Apnøerne giver et fald i iltindholdet i blodet og ændringer i hjertets og hjernens blodtryks-forhold. Som konsekvens af det kan man opleve:

- Dagstræthed og søvnanfald
- Mentale forstyrrelser
- Øget trafikrisiko
- Øget risiko for hjertekarsygdomme og slagtilfælde

Hvordan kan jeg vide, om jeg lider af søvnapnø?

Der findes nogle symptomer, du selv kan holde øje med. De natlige symptomer er de mest genkendelige, da man kan lide af søvnapnø uden at have daglige symptomer.

Natlige symptomer

- Høj snorken med vejrtrækningspauser, efterfulgt af høj snorkelyd eller et gisp
- Urolig søvn
- At skulle tisse ofte om natten

Daglige symptomer

- Dagstræthed og søvnanfald om dagen, f.eks. i trafik, møder og teater
- Moderat hukommelses- og koncentrationsbesvær
- Morgenhovedpine, som går væk i løbet af dagen