



**PHILIPS**

RESPIRONICS

Schlaftherapie

# Einfach gesund schlafen

**Philips Respironics – Lösungen bei Schlafapnoe**

# Inhalt


Einleitung	3
Schlafstörungen können vielfältig sein	4
Obstruktive Schlafapnoe	6
Therapie und Behandlung	14
Patientenpass	21
Die optimale Maske	24
Anwendung und Pflege	29
Reisen mit einem Therapiegerät	31



# Für einen angenehmen Tag nach einer guten Nacht

Laut dem Robert Koch-Institut gehören Schlafstörungen zu den häufigsten gesundheitlichen Beschwerden in der Bevölkerung. Ungefähr 25% der Erwachsenen leiden einer Umfrage zufolge an Schlafstörungen, und über 10% erleben ihren Schlaf häufig oder dauerhaft als nicht erholsam. In Deutschland leiden rund 2,5 Millionen Menschen und damit 2 bis 4% der 20- bis 60-Jährigen unter einer speziellen Schlafstörung, der Schlafapnoe.

Schlafstörungen sind ernstzunehmende Erkrankungen, die jedoch sehr häufig wirkungsvoll behandelt werden können. Durch eine konsequente Therapie lassen sich gesundheitliche Risiken reduzieren und die Lebensqualität dauerhaft steigern. In dieser Broschüre möchten wir Sie darüber informieren, was man unter einer obstruktiven Schlafapnoe (OSA) versteht, wie sie behandelt werden kann und welche Lösungen Philips Respironics entwickelt hat, um Ihnen einen erholsamen Schlaf zu ermöglichen.



Laut Weltgesundheitsorganisation WHO werden Schlafstörungen als ebenso ernstzunehmende Krankheiten wie die koronare Herzkrankheit, Diabetes mellitus oder etwa Lungenkrebs eingestuft.

# Schlafstörungen

## können vielfältig sein

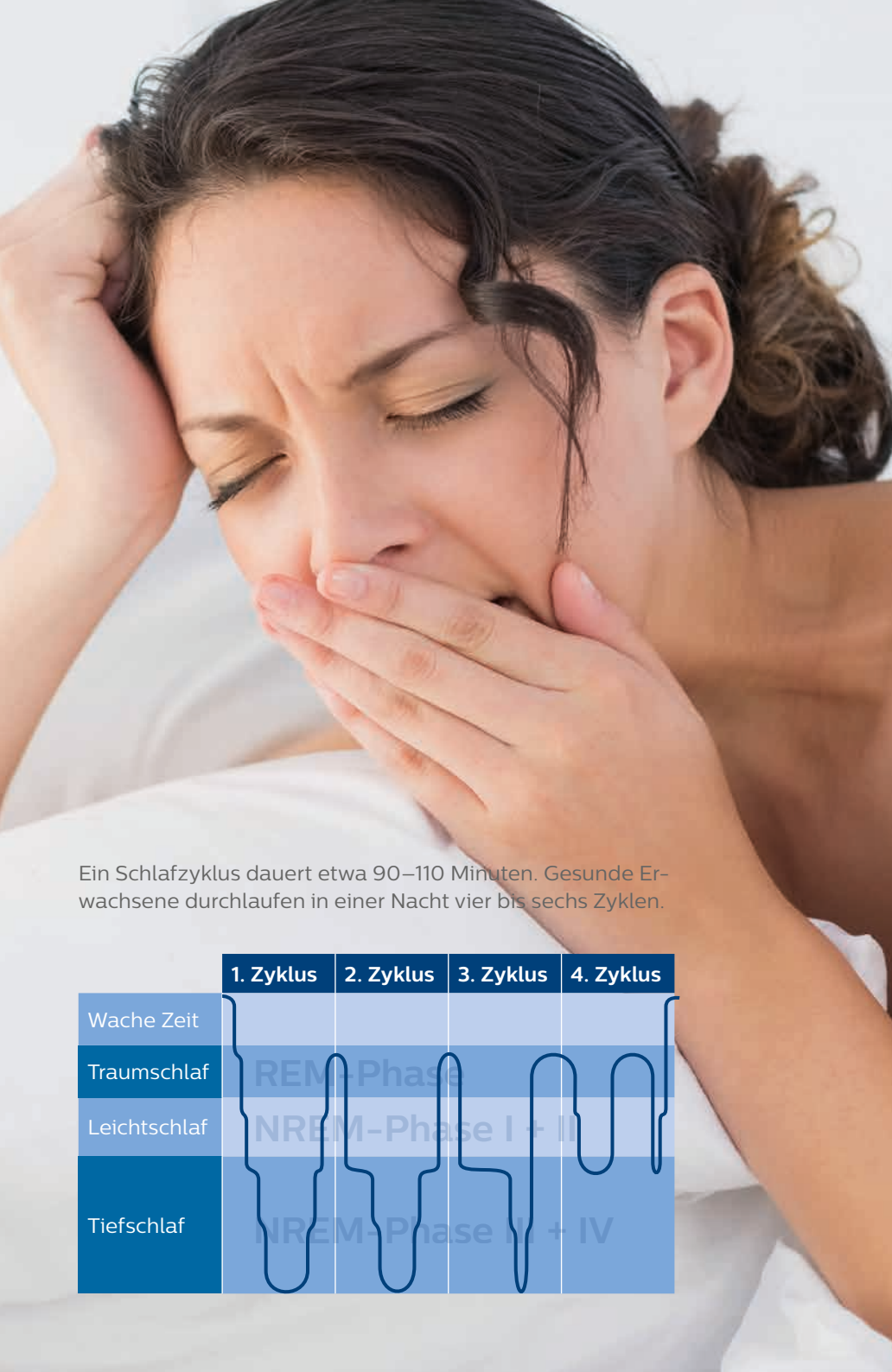
Wir verbringen ein Drittel unseres Lebens mit Schlafen. Ein Erwachsener benötigt durchschnittlich sieben bis acht Stunden Schlaf pro Tag für eine optimale Erholung und Leistungsfähigkeit am folgenden Tag. Ausreichend Schlaf ist wichtig für die Gesundheit. Zu wenig Schlaf kann zu Folgeerkrankungen führen.

Ein gesunder Schlafrhythmus besteht aus ca. vier bis sechs Schlafzyklen von je 90–110 Minuten. Jeder Schlafzyklus folgt einem bestimmten Muster und lässt sich in eine Einschlafphase/Wachzeit, REM-Schlafphase (REM: Rapid Eye Movement, schnelle Augenbewegungen) und in die NREM-Schlafphasen I–IV (Non-REM, nicht REM) unterteilen. Die Schlafstadien I + II umfassen den Leichtschlaf und III + IV den Tiefschlaf. Wir träumen in allen Schlafphasen, jedoch können wir uns an die Träume in der REM-Schlafphase besser erinnern. Daher wird die REM-Schlafphase in der Literatur oft auch Traumschlafphase genannt. Die erste Nachthälfte verbringen wir überwiegend im Tiefschlaf, wohingegen der REM-Schlaf in der zweiten Nachthälfte dominiert. Beide Schlafstadien sind besonders wichtig für die Verarbeitung von Informationen und zur Erholung. Sie haben einen enormen Einfluss auf die Lernleistung. Drei Viertel unserer Schlafzeit verbringen wir im NREM-Schlafstadium, ein Viertel im REM-Schlafstadium.

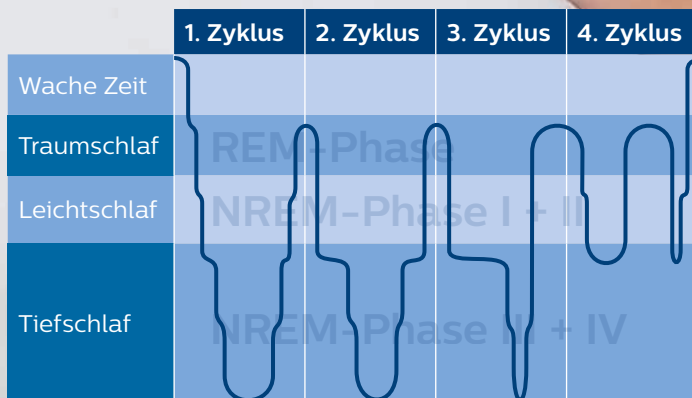
Neben bekannten Schlafstörungen gibt es zahlreiche Gründe, warum Menschen nicht genug Schlaf bekommen. Man unterscheidet hier, ob Menschen nicht schlafen können (Insomnien) oder nicht genügend Zeit haben zu schlafen (abhängig vom Lebensstil). Hierfür gibt es verschiedene Ursachen, angefangen bei einer ungenügenden Schlafumgebung (nicht passendes Bett, zu laut, zu heiß/kalt etc.) bis hin zu übermäßigem Alkohol- oder Kaffeegenuss und falschen Essenszeiten. Angstzustände, Depressionen, hormonelle Veränderungen oder auch Stress und Überlastung im Beruf können zu Schlafproblemen führen.

---

Ein nicht erholsamer Schlaf kann zu gesundheitlichen Risiken oder Leistungseinschränkungen führen, wie Konzentrationsproblemen, erhöhter Einschlafneigung während des Tages und Reaktionseinschränkung.



Ein Schlafzyklus dauert etwa 90–110 Minuten. Gesunde Erwachsene durchlaufen in einer Nacht vier bis sechs Zyklen.



Zu den medizinisch bekannten Schlafstörungen zählen die folgenden Krankheitsbilder:

## Obstruktive Schlafapnoe (OSA):

Bei der obstruktiven Schlafapnoe verschließen sich die oberen Atemwege während des Schlafes und der Patient bekommt keine Luft. Dies äußert sich in Luftschnappen, Schnarchen oder auch Röcheln.

## Insomnie:

Patienten leiden unter Schlafmangel aufgrund von Ein- oder Durchschlafstörungen.

## Restless-Legs-Syndrom (RLS):

RLS ist charakterisiert durch unruhige Beine während der Nacht.

## Parasomnien:

Hierzu zählen beispielsweise Schlafwandeln, Reden im Schlaf oder aktiv Träumen.

Schätzungsweise 2-4 % der erwachsenen Bevölkerung sind von obstruktiver Schlafapnoe (OSA) betroffen. Sehr häufig bleibt eine OSA undiagnostiziert, weil die Betroffenen nicht nach den Ursachen der Symptome fragen.

# Obstruktive Schlafapnoe

## 1. Was ist das genau?

### Die Kennzeichen einer OSA

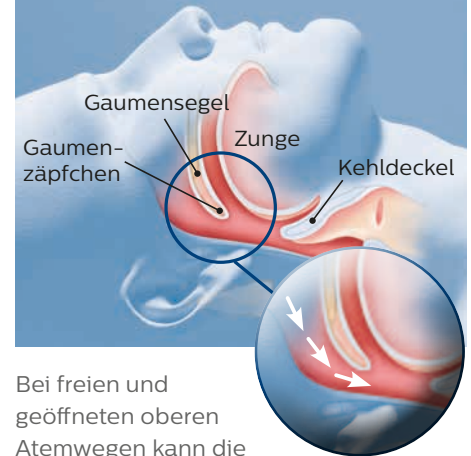
Bei den betroffenen Personen setzt im Schlaf wiederholt die Atmung aus, weil die Atemwege kollabieren. Der Kollaps der oberen Atemwege kann auf verringerte Muskelaktivität, aufvermehrtes Gewebe im Bereich der Atemwege oder auf anatomische Gegebenheiten zurückzuführen sein, die eine Verengung der Atemwege nach sich ziehen. Infolgedessen kann die Atemluft nicht mehr in die Lungen gelangen, der Kohlendioxidspiegel im Blut steigt an und es kommt zu Schlafstörungen. Diese

Atemaussetzer können mehrmals pro Stunde auftreten und eine Weckreaktion auslösen. Dieser Kollaps der oberen Atemwege kann beim Betroffenen eine deutlich verminderte Atmung (Hypopnoe) oder einen kompletten Atemaussetzer (Apnoe) verursachen. Von einer Hypopnoe oder einer Apnoe spricht man, wenn dieser Zustand für mindestens 10 Sekunden anhält und mindestens 10-mal pro Stunde auftritt. In sehr schweren Fällen können



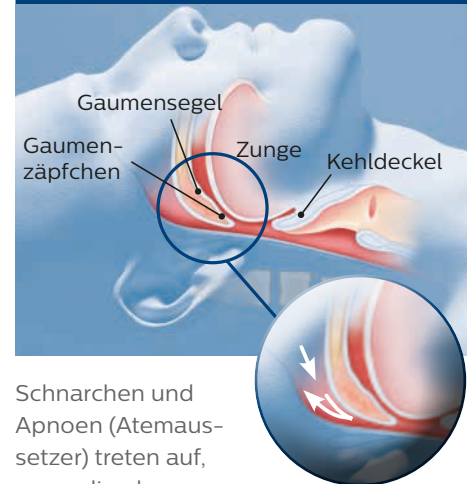
diese Aussetzer auch bis zu 60-mal pro Stunde auftreten. Im Durchschnitt dauert eine Apnoe 30-40 Sekunden. Man kann den Schweregrad einer OSA in der Praxis nach dem Apnoe-Hypopnoe-Index<sup>1</sup> von leicht bis schwer klassifizieren. Jedoch reicht der Apnoe-Hypopnoe-Index<sup>1</sup> allein für eine Diagnose nicht aus, sondern es müssen weitere Faktoren wie die Häufigkeit von Arousals<sup>2</sup> oder die Sauerstoffentsättigung hinzugezogen werden.

### Geöffnete obere Atemwege



Bei freien und geöffneten oberen Atemwegen kann die Luft ungehindert in die Lungen strömen und wieder abfließen.

### Verschlossene obere Atemwege



Schnarchen und Apnoen (Atemaussetzer) treten auf, wenn die oberen Atemwege kollabieren.

<sup>1</sup> Apnoe-Hypopnoe-Index (AHI) = Zahl der Atmungsstörungen pro Stunde.

<sup>2</sup> Liegt eine Apnoe vor, meldet der Körper dies an das zentrale Nervensystem. Diese Weckreaktion nennt man Arousal.

Der hiermit verbundene Abfall der Sauerstoffsättigung im Blut verursacht eine „Weckreaktion“ (Arousal). Als Folge wechselt man in ein leichteres Schlafstadium, in dem sich der Verschluss der Atemwege löst. Damit wird die geordnete Schlafstruktur gestört und die für einen erholsamen Schlaf besonders wichtigen Tiefschlaf- und REM-Phasen bleiben fast vollständig aus.

Wird der gesunde Schlaf unterbrochen, bedeutet das eine hohe Belastung – besonders für Organe mit hohem Sauerstoffbedarf. Vor allem das Gehirn und das Herz sind einem enormen gesundheitlichen Risiko ausgesetzt.

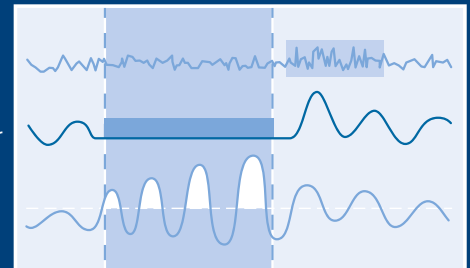


#### Folgen einer Apnoeepisode

EEG

Luftflussmuster

Thoraxarbeit



#### Einteilung des Schweregrades einer OSA nach dem Apnoe-Hypopnoe-Index (AHI)

AHI $\leq$ 5/h	Klinisch nicht relevant
AHI 6–14/h	Leicht
AHI 15–29/h	Mittel
AHI $\geq$ 30/h	Schwer

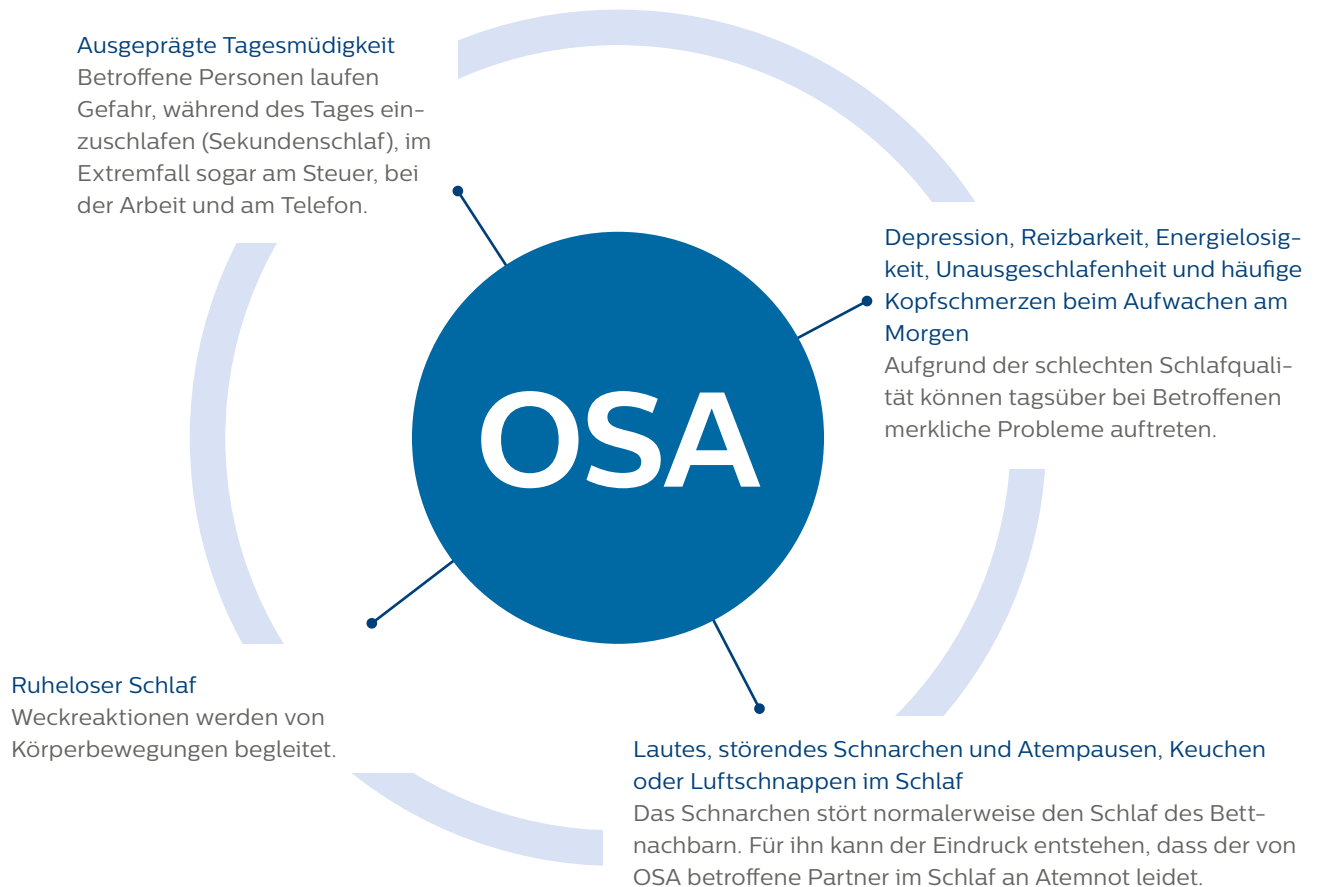


## 2. Häufige Anzeichen und Symptome für OSA

Die Betroffenen sind meist übergewichtig und über 40 Jahre alt. Bei Frauen nimmt die OSA verstärkt nach der Menopause zu. Gründe hierfür sind ein veränderter Hormonhaushalt und die häufig damit verbundene Gewichts-

zunahme. Weitere Risikofaktoren sind Alkohol, Rauchen, Anomalien im Nasen-Rachen-Raum und Nachtschichtarbeit.

Die meisten Betroffenen wissen gar nicht, dass sie an OSA leiden. Meist bemerken andere die Zeichen zuerst. Männer, Frauen und Kinder können von OSA betroffen sein. Männer sind doppelt so häufig betroffen wie Frauen.

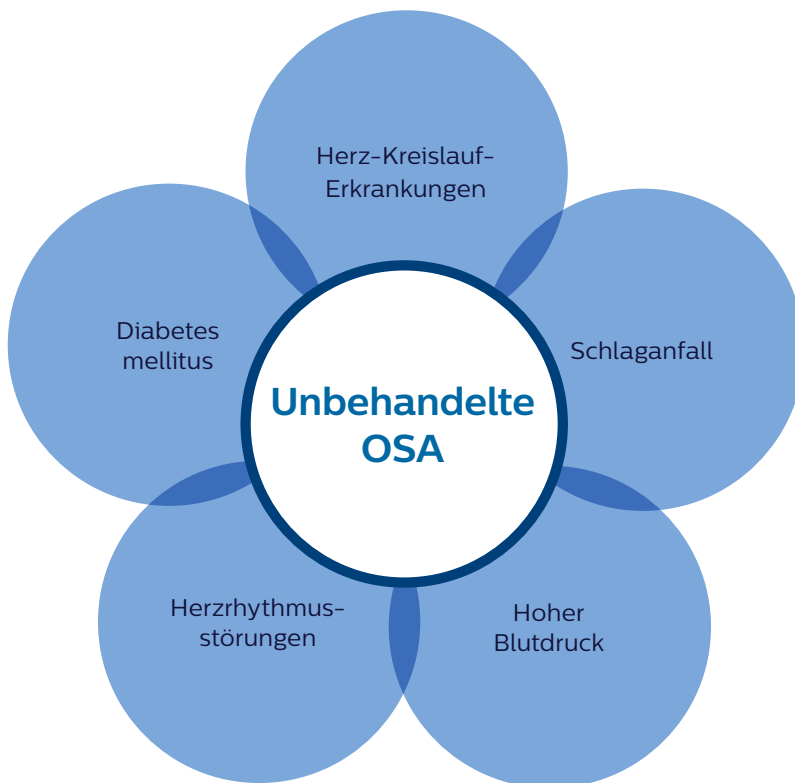


### 3. Risiken einer unbehandelten OSA

Fragen Sie Ihren Arzt

Wenn sich bei Ihnen einige dieser Symptome zeigen, könnte dies auf eine mögliche OSA-Erkrankung hindeuten. Besprechen Sie diese Symptome mit einem Spezialisten für Schlafstörungen.

Eine unbehandelte OSA kann das Risiko für eine Vielzahl lebensbedrohlicher Erkrankungen mit sich bringen, z. B.:



Eine OSA-Therapie verringert die Wahrscheinlichkeit eines Auftretens der aufgeführten Folgeerkrankungen und erhöht dadurch die Lebensqualität der Betroffenen.

Bei einer unbehandelten OSA besteht ein deutlich erhöhtes Risiko für Verkehrs- oder Arbeitsunfälle.



Es gibt viele Möglichkeiten  
Bereits einige einfache Maßnahmen können zu einer Behandlung der OSA beitragen, z. B.:

- Abnehmen
- Vermeiden von Alkoholkonsum am Abend
- Schlafen in Seitenlage

Allein mit diesen Maßnahmen lässt sich eine OSA jedoch oft nicht vollständig beheben. Eine wirksame Behandlungsmöglichkeit für OSA eröffnet die PAP-Therapie (Positive Airway Pressure, positiver Atemwegsdruck), bei der über eine Maske ein leichter Luftstrom durch die Nase geleitet wird, der ein Kollabieren der oberen Atemwege verhindert und so ein befreiteres Atmen im Schlaf ermöglicht. Die PAP-Therapie ist ein nichtinvasives Verfahren (Therapie mittels einer Beatmungsmaske), das bei verordnungsgemäßer Anwendung die Symptome der OSA lindern oder beseitigen kann.

„Ich kann mich jetzt  
besser konzentrieren  
und habe ein besseres  
Gedächtnis.“

Jürgen Weber, Kassel



## 4. Wie läuft die Diagnose ab?

### Screening und Diagnose

Sie sollten Ihre Schlafbeschwerden und Symptome zuerst mit Ihrem Arzt besprechen. Weisen Ihre Beschwerden auf Schlafstörungen hin, wird Ihr Arzt Sie an einen Schlafmediziner/Pneumologen überweisen. Die Diagnose wird in einer mehrstufigen Untersuchung gestellt. Durch eine Polygraphie<sup>1</sup> kann in einer nächtlichen Voruntersuchung zu Hause ermittelt werden, wie hoch die Wahrscheinlichkeit einer OSA ist. Bei entsprechendem Befund wird Ihr Arzt Sie an ein Schlaflabor überweisen. Für eine endgültige Diagnose kann eine nächtliche Schlafstudie (Polysomnographie<sup>2</sup>) durchgeführt werden. Diese völlig schmerzlose Untersuchung wird in einem Schlaflabor durchgeführt und überwacht Schlafverhalten, Atmungsparameter und Herzaktivität.

<sup>1</sup> **Polygraphie:** Eine kardiorespiratorische Polygraphie ist eine schlafmedizinische Untersuchung mit den Parametern Atmung, Schnarchen, Sauerstoffsättigung, Herzfrequenz, Körperlage und abdominelle und thorakale Atembewegungen.

<sup>2</sup> **Polysomnographie:** Eine kardiorespiratorische Polysomnographie ist eine schlafmedizinische Untersuchung zur Diagnose von Schlafstörungen und Schlafapnoesyndrom, die zusätzlich zur Polygraphie die Hirnströme, Augenbewegungen und Kieferbewegungen sowie den Atemfluss misst.

Der Spezialist für Schlafstörungen bestimmt das für Sie am besten geeignete Screening- bzw. Diagnoseverfahren.



## 5. Ablauf der Untersuchung

Voruntersuchung



Einweisung durch niedergelassenen Arzt

Diagnose



Schlaflabor: ein bis zwei Nächte verbringt der Patient im Schlaflabor

Anamnese

Polysomnographie

Auslesen des Diagnoseberichts

Anlegen eines Diagnosegerätes am Patienten mit Elektroden zur Aufzeichnung von:

EEG; EKG

Apnoen/Hypopnoen

Sauerstoffsättigung

Augenbewegungen

Thoraxbewegungen

Kinnbewegungen

Schlafpositionen

Beinbewegungen

Anpassen einer Atemtherapiemaske + Einstellen eines Schlaf- oder Atemtherapiegerätes

Therapie




Patient erhält Maske und Gerät vom Arzt verschrieben

Überwachung



Überwachung der Nutzungszeit des Patienten zu Hause, Betreuung und Nachversorgung durch den medizinischen Fachhändler





Die Therapie mittels eines kontinuierlichen positiven Drucks in den Atemwegen (CPAP) ist die am häufigsten angewendete PAP-Therapie. Die CPAP-Therapie versorgt Sie mit einem konstanten Luftdruck, der über eine Therapiemaske auf die Atemwege ausgeübt wird und diese offenhält.

# Therapie und Behandlung

## CPAP – der Standard in der Schlafapnoetherapie

CPAP (Continuous Positive Airway Pressure, kontinuierlicher positiver Atemwegsdruck)

Die Positiver-Atemwegsdruck-Therapie ist die Standardbehandlungsmethode bei obstruktiver Schlafapnoe. Sie verhindert während des Schlafens einen Kollaps der oberen Atemwege, indem ein leichter Luftstrom durch die oberen Atemwege hergestellt wird, sodass Sie ungehindert atmen können. Die PAP-Therapie ist nichtinvasiv und kann bei täglicher Anwendung gemäß ärztlicher Verordnung die Symptome der OSA beseitigen.

### Die Philips Respironics Lösung für eine erfolgreiche CPAP-Therapie

Die Philips Respironics DreamStation Schlaftherapiesysteme stellen eine optimale und effiziente Langzeittherapie dar. Die Geräte sind klein, leise und durch nur einen Einstellknopf sehr leicht zu bedienen. Dank der intelligenten Technologien stellt die DreamStation Familie ein flexibles Therapiesystem dar, das sich individuell auf Ihre Bedürfnisse einstellen lässt. Zusätzliche Funktionen wie unsere Flex-Technologien machen die Therapie noch angenehmer für Sie.

Mit Philips Respironics Lösungen zur Behandlung von OSA können Sie dauerhaft an Lebensqualität gewinnen und gesundheitliche Risiken reduzieren.



#### Ziele der Behandlung:

- Weniger Müdigkeit am Tag.
- Gesteigerte Energie und Aufmerksamkeit am Tag.
- Bessere Stimmungslage.
- Besseres Erinnerungsvermögen und Konzentrationsfähigkeit.
- Gesteigerte Effektivität zu Hause und bei der Arbeit.
- Selteneres nächtliches Aufwachen wegen Harndrang.
- Verringeretes Risiko von Verkehrsunfällen durch Schläfrigkeit.
- Niedrigerer Blutdruck.
- Geringeres Risiko eines Schlaganfalls oder Herzinfarktes.
- Sie steigern Ihre Lebensqualität und senken gesundheitliche Risiken.

#### Die Philips Respironics BiPAP-Therapie – eine Alternative zu CPAP

Während CPAP-Geräte einen konstanten Druck abgeben, können BiPAP-Therapiegeräte nachts zwei verschiedene Druckverhältnisse herstellen: einen niedrigeren Druck beim Ausatmen und einen höheren Druck beim Einatmen. Bei Patienten, für die eine herkömmliche Atemtherapie nicht geeignet ist oder die unter einer sehr schweren OSA leiden, ist eine BiPAP-Therapie eine verlässliche Alternative.



DreamStation  
Schlaftherapiesystem



## Innovationen für eine angenehme Therapie

### Technologien für einen besseren Schlaf

Die einzigartigen Philips Respironics Technologien wie der Auto-Algorithmus machen Ihre Therapie einfach und effizient. Er passt die PAP-Therapie automatisch Ihren Bedürfnissen aufgrund von Faktoren wie Körperposition, Schlafstadium sowie Änderungen des Gewichts an, die Einfluss auf Ihren nächtlichen Druckbedarf haben. Die REMstar Schlaftherapiegeräte mit automatischer Druckeinstellung tragen diesem sich ständig ändernden Druckbedarf Rechnung. Bei unseren Philips Respironics CPAP-Geräten ist ein Auto-Algorithmus optional. Unsere BiPAP-Geräte verfügen standardmäßig über einen Auto-Algorithmus.

### Eine regelmäßige Therapie kann die Lebensqualität steigern

Wenn Sie Ihr DreamStation Schlaftherapiesystem regelmäßig wie vom Arzt verordnet anwenden, können Sie die Auswirkungen der OSA auf Ihr tägliches Leben wesentlich reduzieren. Wenden Sie das Gerät unregelmäßig an, können die Symptome wieder auftreten.

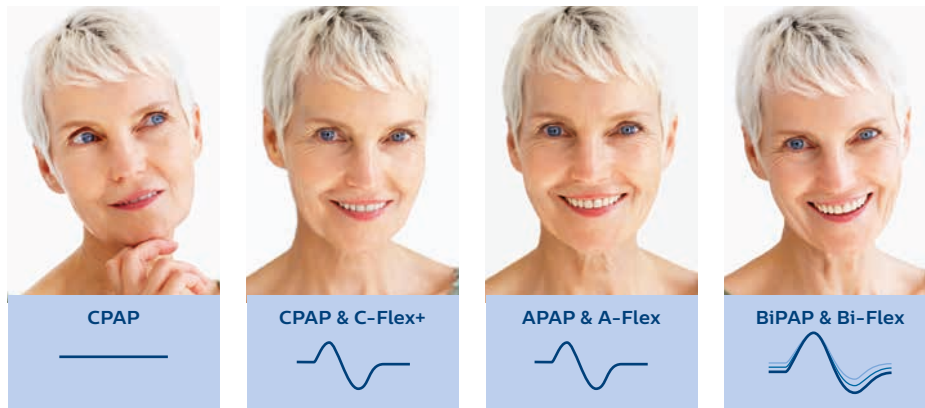


## Die Philips Respironics Lösungen für eine komfortable Atmung

Viele Patienten empfinden, speziell zu Beginn einer Therapie, den Druck als unangenehm und haben Probleme, ihn zu akzeptieren. Unsere einzigartigen Flex-Technologien verhelfen zu einer natürlichen Atmung und sind klinisch bestätigt. Sie sorgen für eine Druckanpassung bei der Ein- sowie Ausatmung und somit für eine komfortable Therapie.

Mit den Philips Respironics Flex-Technologien gewöhnen Sie sich sehr schnell an diese Therapie.

Der Spezialist für Schlafstörungen bestimmt das am besten für Sie geeignete Philips Respironics Schlaftherapiesystem.



### **C-Flex+**

C-Flex+ ist die atemflussabhängige Druckanpassung in unseren CPAP-Geräten. C-Flex+ passt den Druck bei der Ein- wie der Ausatmung Ihrem Atemfluss an und gibt eine Druckunterstützung oder -entlastung, je nach Bedarf. Somit wird der Übergang von Ein- zur Ausatmung erleichtert.

### **A-Flex**

Unsere PAP-Geräte mit Auto-Algorithmus (APAP) verfügen alle über die einzigartige Technologie A-Flex mit atemflussabhängiger Druckanpassung bei der Ein- sowie der Ausatmung. Das Gerät erkennt die Einatmung und erleichtert den Übergang von der Ausatmung zur Einatmung. Eine Druckentlastung zu Beginn der Ausatmung ermöglicht eine natürlichere Atmung.

### **Bi-Flex**

Die Bi-Flex-Komforttechnologie gleicht die BiPAP-Therapie der natürlichen Atmung an. Jeder einzelne Atemzug wird analysiert und je nach Einstellung wird an den kritischen Punkten der Druck reduziert. Die Übergänge von Ein- zur Ausatmung werden geglättet, ohne die Therapieeffizienz einzuschränken.



## So wird die PAP-Therapie noch effektiver

Gerade am Anfang einer Therapie können leichte Eingewöhnungsschwierigkeiten auftreten, für die es fast immer eine einfache und komfortable Lösung gibt.

### Einfach einschlafen

Haben Sie Probleme, bei angelegtem Therapiedruck abends einzuschlafen, weil Ihnen der Druck, der über das Gerät auf Ihre Atemwege ausgeübt wird, unangenehm ist?



### Die Lösung

Variable Rampe für ein vereinfachtes Einschlafen

Die kompakten Atemtherapiegeräte von Philips Respironics sind alle mit einer komfortablen Rampenfunktion ausgestattet, einer Funktion zum langsamen Aufbau des Therapiedrucks. Sowohl der Rampenanfangsdruck als auch die Rampendauer lassen sich individuell einstellen. Sie schlafen einfach gut ein!



Eine PAP-Therapie kann Ihre Lebensqualität enorm steigern, ist jedoch auch eine neue Lebenssituation, an die man sich erst gewöhnen muss.

### Schwierigkeiten mit gereizter oder verstopfter Nase oder trockenem Mund



Zu Beginn einer jeden Therapie können Probleme mit gereizter oder verstopfter Nase oder trockenem Mund auftreten. Diese verschwinden nach einer kurzen Eingewöhnungsphase häufig von selbst. Sollte dies nicht der Fall sein, dann versuchen Sie Folgendes:

- Fragen Sie nach einem Befeuchter für Ihr DreamStation-Schlaftherapiesystem.
- Trinken Sie viel Wasser.
- Verwenden Sie salzhaltiges Nasenspray.
- Versuchen Sie es kurzzeitig mit einem Nasenspray mit abschwellender Wirkung.

## Die Lösung

### Der Philips Respironics DreamStation-Befeuchter für mehr Komfort

Die kompakten DreamStation-Schlaftherapiesysteme von Philips Respironics bieten einen integrierten Warmluftbefeuchter für mehr Komfort. Der Befeuchter erwärmt und befeuchtet die Einatemluft. Den Grad der Befeuchtung können Sie nach Ihren Bedürfnissen einstellen. Die bewährte Luftbefeuchtersteuerung überwacht die Raumtemperatur sowie die Luftfeuchtigkeit und steuert diese so, dass sich keine Kondensation in der Maske niederschlagen kann. Der beheizte Befeuchter ist leicht zu bedienen und sorgt die ganze Nacht hindurch für eine kontinuierliche Befeuchtung der trockenen Atemwege.



## Was kann ich zusätzlich tun, um die OSA-Therapie zu unterstützen?

### Tipps für eine erfolgreiche CPAP-Therapie

- Wenden Sie die Therapie jede Nacht an, auch auf Reisen. Schlafapnoe wird in den Nächten ohne Therapie sofort wieder auftreten.
- In der Phase, in der Sie auf die Therapie eingestellt werden: Seien Sie geduldig und ausdauernd – es lohnt sich!
- Sprechen Sie mit Ihrem Arzt über sämtliche Probleme oder Nebenwirkungen.
- Holen Sie sich Unterstützung von Ihrer Familie, Freunden und lokalen Selbsthilfegruppen.
- Denken Sie über eine Änderung Ihres Lebensstils nach. Reduzieren Sie gegebenenfalls Ihr Gewicht, ändern Sie Ihre Schlafgewohnheiten, vermeiden Sie Alkohol, Beruhigungs- und Schlafmittel.

### Allgemeine Tipps zur Schlafhygiene

- Achten Sie auf regelmäßige Zubettgeh- und Aufstehzeiten. Somit kann sich der Körper an einen bestimmten Rhythmus gewöhnen.
- Mittagsschlaf oder Nickerchen sollten maximal 20–30 Minuten dauern und vor 14 Uhr abgehalten werden.
- Trinken Sie keine koffeinhaltigen Getränke mehr nach dem Mittagessen.
- Vermeiden Sie drei bis vier Stunden vor dem Zubettgehen Alkohol zu trinken.
- Nehmen Sie zum Abendessen leichte Kost zu sich.
- Seien Sie regelmäßig körperlich aktiv (z. B. spazieren gehen, Fahrrad fahren), aber vermeiden Sie körperlich belastende Anstrengungen drei Stunden vor dem Zubettgehen.
- Blicken Sie in der Nacht nicht auf die Uhr.

# Meine persönlichen Daten

## Dieser Patientenpass gehört

Vorname
Nachname

## Meine persönlichen Daten

Geburtsdatum
Anschrift
Telefon
Gewicht

## Mein behandelnder Arzt

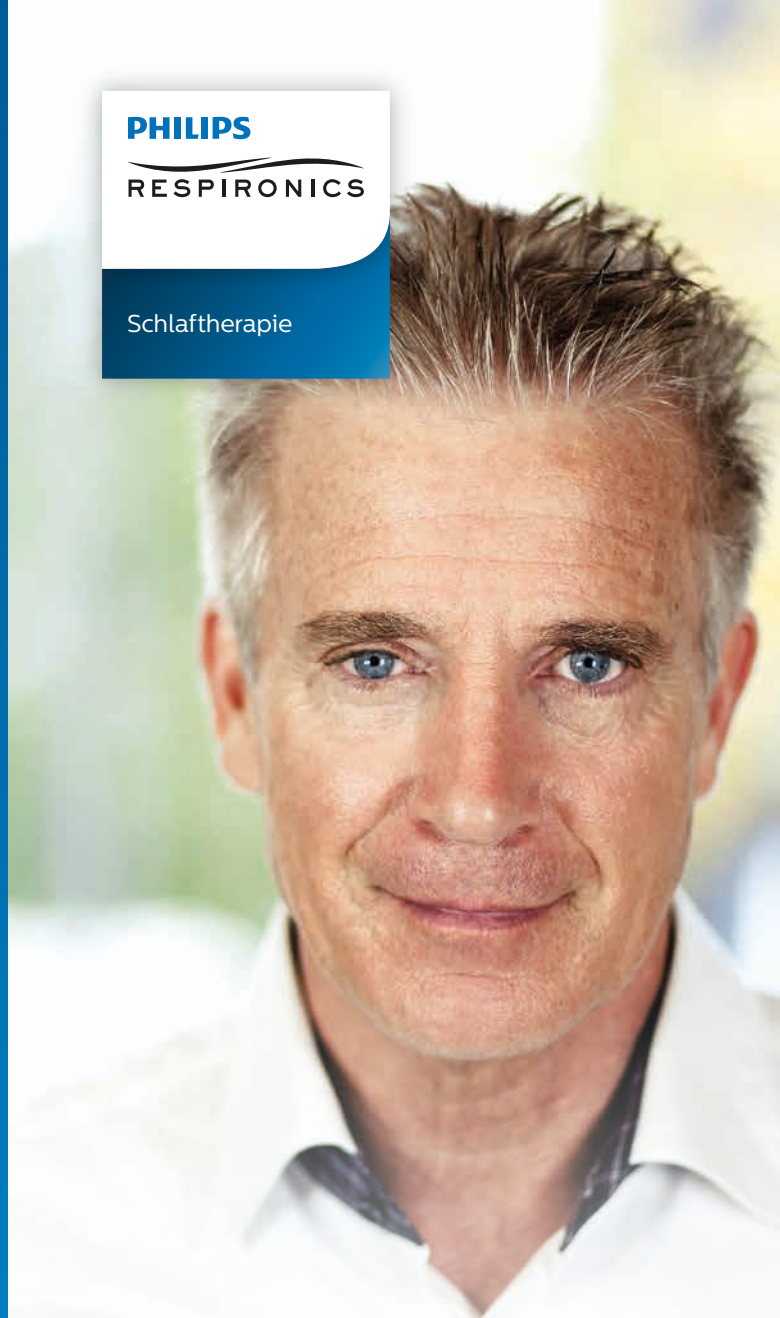
Name
Anschrift
Telefon

## Mein medizinischer Fachhändler

Name
Anschrift
Telefon



**PHILIPS**  
RESPIRONICS  
Schlaftherapie



**Patientenpass**  
Philips Resironics –  
Lösungen bei Schlafapnoe



Datum			
<b>CPAP Pro</b>	Serien-Nr.:		
Druck			Anmerkungen
C-Flex/C-Flex+			
Befeuchter			

<b>Auto CPAP</b>	Serien-Nr.:		
Min. Druck			Anmerkungen
Max. Druck			
C-Flex			
A-Flex			
Befeuchter			

<b>BiPAP Auto</b>	Serien-Nr.:		
Auto			Anmerkungen
BiLevel			
IPAP max.			
EPAP min.			
IPAP			
EPAP			
Befeuchter			

<b>BiPAP Auto SV</b>	Serien-Nr.:		
EPAP max.			Anmerkungen
EPAP min.			
PS/IPAP max.			
PS/IPAP min.			
Frequenz			
Rampendauer			
Rampenanfangsdruck			

## Meine Maske

Nasenmasken			Minimalkontaktmasken
Wisp	ComfortGel Blue	Pico	Nuance Pro
			

Mund-, Nasen-Masken	Vollgesichtsmasken	
Amara View	Amara Gel	FitLife
		

## Meine Daten

Diagnose					
Datum					
Blutdruck					
Herzfrequenz					
BMI					
AHI					

Bestehen Allergien gegen Arzneimittel?

---

Falls ja, gegen welche?

---

Sonstiges

---

# Unbedenklichkeitsbescheinigung für ein medizintechnisches Therapiegerät Confirmation of medical device

Typ und Name des Gerätes      Type and Name of device

Seriennummer      Serial no

Hiermit bestätigen wir, dass oben genanntes Gerät ein medizinisches Atemtherapiegerät ist und gemäß der elektromagnetischen Verträglichkeit (EMV) EN 60601-1-2 geprüft wurde. Es enthält keine Gase oder Flüssigkeiten und kann in ausgeschaltetem und unverändertem Zustand ohne Gefährdung transportiert werden.

We confirm that the above named device is a medical device for respiratory therapy and certified according to electromagnetic compatibility (EMC) EN 60601-1-2. Because it contains no gas or liquid, there is no danger when transported in switched-off and unchanged condition.

Datum Date	Unterschrift Klinik / medizinischer Fachhändler Signature hospital/medical provider	Firmenstempel Company's stamp
---------------	--	----------------------------------



Die Philips Respironics Schlaftherapie-  
masken gehören zu einem umfangreichen  
Sortiment an Nasen-, Mund-Nasen- und  
Spezialmasken.





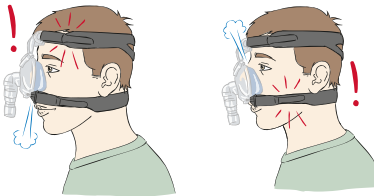
# Die optimale Maske

## Auswahl der optimalen Maske

Der Maske als Schnittstelle zwischen Patient und Beatmungsgerät fällt eine besondere Bedeutung in der Schlaftherapie zu. Denn die Effizienz der Therapie hängt im Wesentlichen von Ihrer Bereitschaft ab, Maske und Therapiegerät während des Schlafes einzusetzen.

Untersuchungen haben gezeigt, dass die Anwendung der Therapie individuell variiert und sie oftmals vorzeitig abgebrochen oder nur zeitweise genutzt wird. Häufige Gründe hierfür sind Nebenwirkungen wie Druckstellen, die durch einen schlechten Sitz der Maske hervorgerufen werden. Neueste Ergebnisse zeigen, dass sich bei längerer ununterbrochener Anwendung der Therapie die durch die OSA eingeschränkte Leistungsfähigkeit der Betroffenen beheben und das Wohlbefinden steigern lässt, und zwar in Abhängigkeit von der nächtlichen Nutzungsdauer.

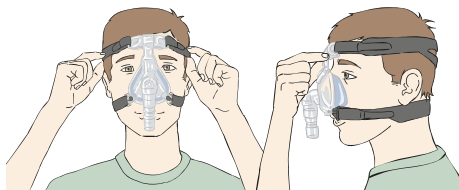
## Schwierigkeiten mit dem korrekten Sitz der Maske



### Rote Druckstellen und Leckagen

Durch Verstellen der Stirnstütze und durch Lösen oder leichtes Anziehen der Kopfbänder können Sie diese beheben.

## Der perfekte Sitz der Maske



Der optimale Maskensitz ist parallel zum Gesicht. Schon eine kleine Anpassung der Stirnstütze oder der Kopfbänder verhilft zu einem angenehmen Sitz der Maske.

Masken mit speziellen Gel-Maskenkissen sitzen gut, verursachen keine Druckstellen und optimieren die Therapie.

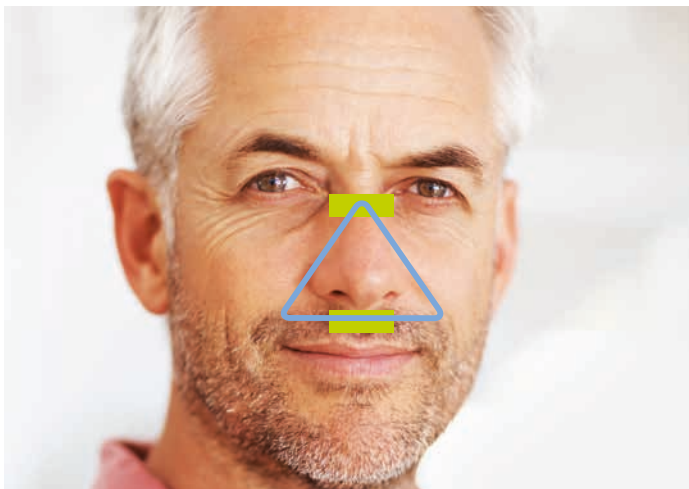
## Die Lösung für einen perfekten Maskensitz

### Geltechnologie mit der Stärke der Nachgiebigkeit

Gel begegnet uns in immer mehr Anwendungen: in Mousepads, Fahrradsätteln, Kopfhörern, sogar in Schutzhüllen für Mobiltelefone. Seit mehr als zehn Jahren tragen unsere Gelmasken zu einem verbesserten Komfort in der Atemtherapie bei. Doch was macht das Gel so vielseitig einsetzbar? Ein Gel vereint die Eigenschaften von flüssigen und festen Materialien: Es umfließt beliebige Formen wie eine Flüssigkeit, ist aber zugleich in der Lage, eine Form dauerhaft anzunehmen. Dadurch lassen sich Gele immer dann einsetzen, wenn eine Anpassung an eine individuelle Form gefragt und eine gleichmäßige Druckverteilung wichtig ist. Wo elastische Silikonmasken an die Grenzen ihrer Anpassungsfähigkeit stoßen, spielt die Geltechnologie ihre Stärken aus: Das Gel gibt nach, passt sich an und sorgt doch für einen sicheren Halt.

### Anpassen der Philips Respironics Nasenmasken

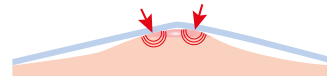
Richtiger Sitz der Philips Respironics ComfortGel Blue. Vom Nasenrücken bis oberhalb der Oberlippe.



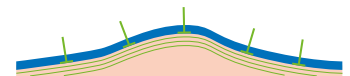
### ComfortGel Blue Nasenmaske

Die Philips Respironics ComfortGel Blue Nasenmaske setzt neue Maßstäbe in Bezug auf Sitz und Komfort. Das Maskenkissen aus Gel ist sehr weich und passt sich optimal der Gesichtskontur an. Das Stirnpolster vervollständigt die einzigartige Passform der Maske.

### Das Gelprinzip



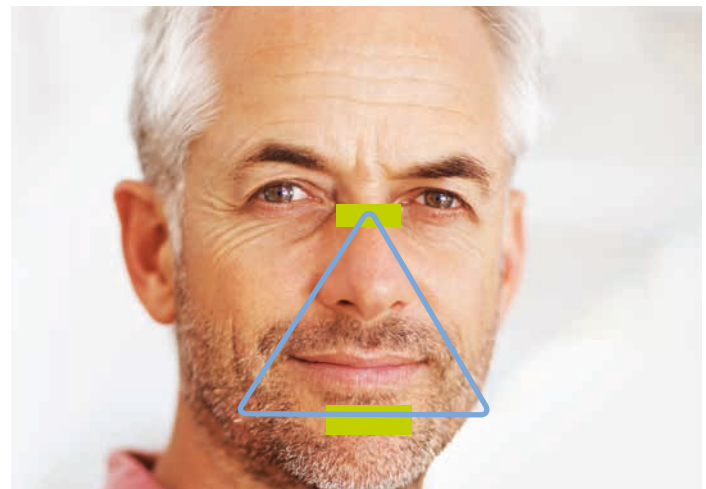
**Silikon** = elastisch,  
punktuelle Darstellung



**Gel** = plastisch,  
gleichmäßige Darstellung

### Anpassen der Philips Respironics Mund-Nasen-Masken

Richtiger Sitz der Philips Respironics Amara Gel Full. Vom Nasenrücken bis unterhalb der Unterlippe.





### Anleitung zum Auswählen der richtigen Maske

1. Bei der Wahl der optimalen Maske sollten Sie sich daran orientieren, ob Sie problemlos durch die Nase atmen können oder nicht. Atmen Sie durch die Nase, kommt für Sie eine Nasenmaske in Frage. Wenn Sie Mundatmer sind, benötigen Sie eine Mund-Nasen-Maske, z. B. die ComfortGel Full mit einem anschmiegsamen Gelkissen.
2. Nehmen Sie sich genug Zeit für die Wahl der richtigen Maskengröße und verwenden Sie eine geeignete Masken-anpassschablone.
3. Den korrekten Sitz der Maske prüfen Sie am besten im Liegen bei eingeschaltetem Gerät.
4. Schlaflabore sowie unsere Fachhändler stehen Ihnen bei der Auswahl der für Sie optimalen Maske gern mit Rat und Tat zur Seite.

### Hinweise:

- Vor dem erstmaligen Gebrauch die Maske mit klarem Wasser spülen und abtrocknen.
- Vor Gebrauch der Maske immer das Gesicht waschen.

# Auswahl der Maske

Mundatmer- und NIV\*-Patienten

**Amara View**



**Amara Gel**



**FitLife**



CPAP- & Bilevel Patienten

**ComfortGel  
Blue**



**Wisp**



Alternative Lösungen für  
CPAP & Bilevel-Patienten

**Nuance Pro**

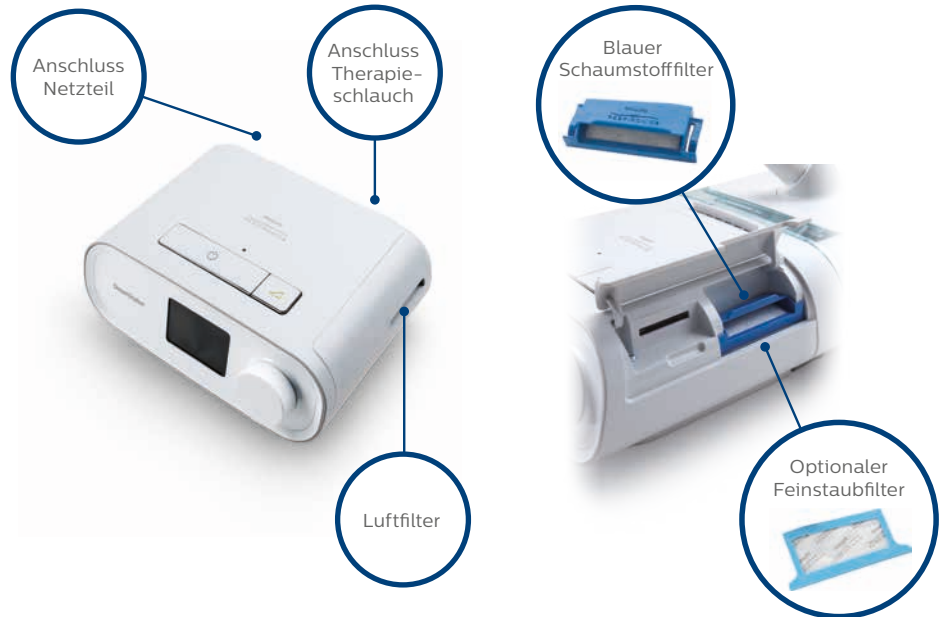


\* Non-invasive ventilation, Beatmung über eine Beatmungsmaske.

# Anwendung und Pflege

Vergewissern Sie sich unbedingt, dass das Gerät vor der Reinigung vom Stromnetz getrennt wurde. Sie können das Gerät mit einem Tuch von außen feucht abwischen. Das Gerät muss vollständig trocken sein, bevor Sie es wieder mit dem Stromnetz verbinden.

## Tipps zum Vorbereiten des Geräts zur Behandlung



1. Das Gerät auf eine harte, ebene Fläche in der Nähe des Kopfendes Ihres Bettes stellen.
2. Das Gerät an eine normale Wandsteckdose anschließen.
3. Überprüfen, ob der Lufteinlassfilter eingesetzt wurde und frei von Staub ist.
4. Ein Ende des Schlauchs an den Luftausgang am Gerät und das andere Ende an die Maske (bzw. das Ventil) anschließen.
5. Die Maske anlegen und das Gerät einschalten (einige Geräte schalten sich automatisch ein, sobald eine Atmung erkannt wird).
6. Gegebenenfalls die Rampenfunktion aktivieren.

### Reinigen des Filters

Der blaue Schaumstofffilter muss alle zwei Wochen mit Neutralreiniger gewaschen werden. Anschließend gründlich spülen, an der Luft trocknen lassen und wieder einsetzen.

## Hinweise zur Pflege des Befeuchters

- Den Befeuchter jeden Morgen leeren und an der Luft trocknen lassen.
- Den Befeuchter jeden Abend mit frischem destilliertem Wasser auffüllen.
- Grundsätzlich nur destilliertes Wasser im Befeuchter verwenden, damit sich keine Mineralrückstände darin ablagern können.
- Die Befeuchterkammer regelmäßig reinigen, um einer Schimmelbildung vorzubeugen. Zur Beseitigung von Ablagerungen im Befeuchter kann normaler weißer Essig verwendet werden. Anschließend vor der erneuten Verwendung den Befeuchter gründlich mit destilliertem oder sterilem Wasser spülen.

**Zum Vermeiden eines Stromschlags grundsätzlich das Netzkabel von der Wandsteckdose oder der Stromquelle trennen, bevor der Befeuchter gereinigt oder transportiert wird.**

Beachten Sie diese einfachen Hinweise, bevor Sie das Gerät bewegen oder transportieren:

Zum Vermeiden eines Stromschlags grundsätzlich das Netzkabel von der Wandsteckdose oder der Stromquelle trennen, bevor der Befeuchter gereinigt oder transportiert wird.

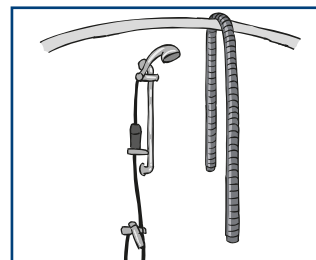
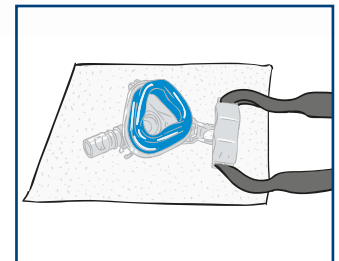
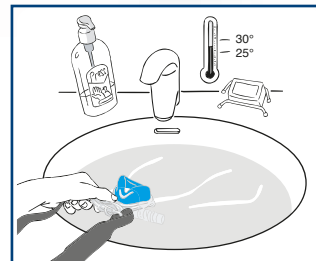
Vor dem Bewegen oder Transportieren des Geräts (wenn das Gerät mit dem Befeuchter verbunden ist) vergewissern, dass zuvor der Wasserbehälter entnommen und geleert wurde.



## Pflege der Maske

### Reinigen von Maske, Kopfband und Schlauch

- Die Maske von Hand mit warmem Wasser und einem Neutralreiniger reinigen.
- Gründlich abspülen und vor Gebrauch vollständig an der Luft trocknen lassen.
- Schlauch per Handwäsche mit einem Neutralreiniger reinigen. Kopfband per Handwäsche mit einem handelsüblichen Waschmittel in warmem Wasser reinigen, danach abspülen und trocknen lassen.
- **Keine** Bleichmittel, **keinen** Alkohol, **keine** scharfen Haushaltsreiniger oder Reinigungslösungen mit Alkohol-, Pflege- oder Feuchtigkeitszusätzen verwenden.



# Reisen

## mit einem Therapiegerät

Auch mit obstruktiver Schlafapnoe können Sie aktiv sein und auf Reisen gehen. Mit einem Gewicht unter einem Kilo sind die heutigen Therapiegeräte so klein und leicht, dass sie problemlos mit auf Reisen genommen werden können. Sie sollten jedoch vor Ihrer Reise an einige Punkte denken:

### Reisen mit dem Wohnwagen oder Wohnmobil

Die Geräte können ohne Weiteres in der mitgelieferten Tragetasche mitgenommen werden. Denken Sie an ein Auto-Adapterkabel. So können Sie das Gerät an eine 12-V-Steckdose im Auto oder Wohnmobil anschließen.

### Flugreisen

Therapiegeräte können in der Regel problemlos mit auf Flugreisen genommen werden. Allerdings sollten Sie sich vor der Reise bei Ihrer Fluggesellschaft erkundigen, welche Bestimmungen bei der Mitnahme eines medizintechnischen Therapiegerätes vorliegen.

**Eine Unbedenklichkeitsbescheinigung über medizinische Geräte finden Sie auf Seite 23.**

### Stromspannung

Die Nutzung der Geräte ist weitgehend spannungsunabhängig, sie arbeiten in einem Spannungsbereich zwischen 110 und 230 Volt.

### Stromversorgung

Nehmen Sie einen für Ihr Reiseland passenden Steckeradapter für die Steckdose mit. Auch ein Verlängerungskabel kann oftmals sehr hilfreich sein.





© 2016 Koninklijke Philips N.V. Alle Rechte vorbehalten.

Technische Änderungen sind vorbehalten. Marken sind Eigentum von Koninklijke Philips Electronics N.V. (Royal Philips) oder ihrer jeweiligen Inhaber.

Druck in DE\_3/JAN 2016  
PN 1069590  
[www.philips.de/schlaftherapie](http://www.philips.de/schlaftherapie)