

update

NIEUWS
OLV ZIEKENHUIS
maart 2023

Update verschijnt vier keer per jaar | Jg. 8 nr. 38 | Januari, februari, maart 2023

ONDERZOEK NAAR SLAAPAPNEU IN SLAAPLABO
**“VEEL MENSEN WETEN NIET DAT ZE APNEU HEBBEN.
DAT IS NIET ZONDER GEVAAR”**

NIERTRANSPLANTATIE
NIEUWE NIER GEEFT PATIËNT NIEUW LEVEN

VKF-KLINIEK
**HARTRITMESTOORNIS VERGT BEHANDELING
OP MAAT**

olv
Top in Zorg.

“Aantal patiënten met slaapapneu blijft stijgen”



Pneumoloog dr. Evert Munghen en slaaptechnicus Maarten De Winter

Het slaaplabo viert dit jaar zijn 25^{ste} verjaardag met een gloednieuwe infrastructuur. Huiselijkheid, rust en comfort zijn er troef. Het slaaplabo krijgt trouwens steeds meer patiënten over de vloer. Negen op tien keer gaat het om een onderzoek naar slaapapneu. Pneumoloog dr. Evert Munghen en slaaptechnicus Maarten De Winter leiden ons rond.

Hoe test je het best nieuwe ziekenhuisinfrastructuur? Door zelf het parcours van een patiënt af te leggen. En dus onderwierpen artsen en slaaptechnici zichzelf begin februari aan een slaaponderzoek 's nachts in het nieuwe slaaplabo. Onder hen dr. Munghen en Maarten De Winter.

“Het viel goed mee,” lacht Maarten De Winter. “Het slaaplabo kreeg een eigen plek en meer ruimte. Hier hangt geen ziekenhuissfeer. Het is een rustige omgeving en de kamers zijn modern en huiselijk. Ook de onderzoekskolken, waar de registraties binnenkomen en de analyses gebeuren, voldoen aan de hoogste standaarden. Verder is er een vergaderzaal en een consultatieruimte waar patiënten bijvoorbeeld een polygraaf kunnen afhalen – een toestel waarmee iemand thuis zijn slaappatroon kan registreren terwijl hij met een apneumasker slaapt.”

“Wat mij vooral bijblijft, is hoe het voelt om volledig ‘aangekleefd’ te zijn met al die elektroden,” zegt dr. Munghen. “Ik snap nu beter wat de patiënten ervaren.”

Vooraf slaapapneu

“De meeste patiënten komen naar het slaaplabo op verwijzing van een pneumoloog of neuroloog,” vertelt dr. Munghen. “90% van de patiënten komt voor een onderzoek naar slaapapneu. Dat is een aandoening waarbij patiënten snurken en tijdens de slaap geregeld stoppen met ademen. Met als gevolg: een verstoorde slaap, klachten van vermoeidheid, slaperigheid, gebrek aan concentratie

en gemakkelijk in slaap vallen overdag. Drie op vier mensen met slaapapneu hebben overgewicht. Overgewicht is dan ook de belangrijkste oorzaak. Het slaaplabo helpt bij de juiste diagnostiek en de opstart van een behandeling.”

“Daarnaast is er een kleinere groep patiënten met meer zeldzame, neurologische aandoeningen, zoals narcolepsie of parasomnie. Patiënten met narcolepsie vallen overdag plots en ongecontroleerd in slaap. Parasomnie omvat een groep aandoeningen, waaronder slaapwandelen. Ten slotte komen ook mensen die chronisch vermoeid zijn, moeilijk in slaap geraken of slecht slapen, wel eens naar het slaaplabo voor een diepgaand onderzoek.”

Het slaaponderzoek

“Patiënten komen in de loop van de vooravond naar het slaaplabo,” vertelt slaaptechnicus Maarten De Winter. “Ze brengen hier één nacht door. Uitzonderlijk is er een vervolgonderzoek overdag, bijvoorbeeld in het geval van narcolepsie, waarbij we mensen in de loop van de dag vragen enkele dutjes te doen voor verder onderzoek.”

“Patiënten krijgen een licht avondmaal. Voor het slapen bevestigen slaaptechnici elektroden en kabeltjes op het hoofd, het gezicht, de borst en de ledematen. Zo kunnen we tijdens de nacht uiteenlopende parameters registreren: bewegingen van de ledematen, de positie in bed, snurkgeluiden, het zuurstofgehalte in het bloed, het hartritme, de hersenactiviteit en de ademhaling. De hele nacht is er een slaapexpert in de buurt voor als er iets fout zou lopen, bijvoorbeeld een kabeltje dat loskomt. 's Morgens krijgen de patiënten een ontbijt, waarna ze naar huis kunnen. De bespreking van de resultaten gebeurt nadien tijdens een consultatie met de arts.”

Lukt het patiënten met al die elektroden op hun lichaam wel om goed te slapen in het



De 3 belangrijkste onderzoeken in het slaaplabo

Een polysomnografie is een slaaponderzoek 's nachts. Het doel is de oorzaak te achterhalen van vermoeidheid, slaperigheid overdag, slapeloosheid, snurken, stoppen met ademen of bewegen 's nachts.

Een polygrafie is een vereenvoudigd slaaponderzoek dat we vooral uitvoeren voor de controle van de efficiëntie van de CPAP-therapie of de mondbeugel. Een polygrafie kan ook bij de patiënt thuis gebeuren.

Een Multiple Sleep Latency Test of MSLT is een onderzoek voor mensen die met een onstilbare slaperigheid overdag. Voor dit onderzoek laten we de patiënt overdag enkele dutjes doen.

slaaplabo? "Dat is een terechte opmerking," zegt dr. Munghen. "Slapen in een vreemd bed en met die elektroden is minder evident dan thuis. Maar voor een onderzoek naar slaapapneu volstaat een korte periode van slaap. Het gebeurt zelden dat een patiënt de hele nacht wakker blijft. Sommige mensen slapen hier zelfs beter dan thuis. Juist omdat ze eens weg zijn uit hun eigen slaapkamer, die ze soms al associëren met piekeren en slecht slapen."

Oplossingen voor apneu

"Veel mensen beseffen niet dat ze apneu hebben," zegt dr. Munghen. "Als het onderzoek toont dat ze veertig keer per uur gestopt zijn met ademen, dan schrikken ze daarvan. Hoe kan dat nu, vragen ze, ik word niet eens wakker? Hun partner doorgaans wel. De partner

wordt wakker van het gesnurk en van de stokkende ademhaling. Wat de patiënt wel ervaart, is dat hij 's morgens niet uitgerust is. Dat wreekt zich op het werk of tijdens andere activiteiten, maar het kan ook gevaarlijk zijn op de weg. Er gebeuren ongevallen door mensen die achter het stuur in slaap vallen door vermoeidheid door apneu. Op langere termijn kan slaapapneu lijden tot een hoge bloeddruk, hartritmestoornissen en een hoger risico op een beroerte."

"De standaard behandeling is het slapen met een CPAP-masker op de neus of op neus en mond. CPAP staat voor Continuous Positive Airway Pressure. Het masker is via een slang verbonden met een toestel dat continu een positieve luchtstroom creëert. Die lucht-

stroom houdt de keel en de luchtweg open. Apneu ontstaat namelijk doordat de tong tijdens de slaap wat achteruitzakt en zo de keel afsluit. In België slapen meer dan 150.000 mensen met een CPAP-masker. Een andere oplossing werkt met een mondbeugel, die de onderkaak naar voren trekt, waardoor de kans dat de tong de luchtweg afsluit, kleiner wordt. In de toekomst kunnen we allicht ook een neurostimulator implanten, die de tongzenuw stimuleert en zo apneu voorkomt. Die behandeling wordt in ons land voorlopig echter nog niet terugbetaald door de ziekteverzekering. Maar veruit het beste wat een patiënt kan doen, is drastisch gewicht verliezen. In veel gevallen is de slaapapneu daarmee opgelost."

Rustige en comfortabele omgeving

Het slaaplabo bestaat precies 25 jaar. "In 1998 hadden we twee bedden ter beschikking," herinnert dr. Munghen zich. "Het slaaplabo werkte toen vier nachten per week. Ondertussen is de kennis over slaapapneu sterk toegenomen en is het aantal patiënten almaar gegroeid. Daarom is de capaciteit stelselmatig uitgebreid. Vandaag telt het slaaplabo zeven bedden en doen we zeven nachten op zeven onderzoeken."

"Veel mensen beseffen niet dat ze apneu hebben," zegt dr. Munghen. "Als het onderzoek toont dat ze veertig keer per uur gestopt zijn met ademen, dan schrikken ze daarvan. Hoe kan dat nu, vragen ze, ik word niet eens wakker?"