



Nenänhoito-ohje cpap-laitteen käyttäjälle

Nenän limakalvon tehtävänä on sisään hengitettävän ilman puhdistaminen, lämmittäminen ja kostuttaminen. CPAP- hoito saattaa häiritä näitä perustehtäviä, koska siinä johdetaan nenään huoneilmaa korkealla paineella ja kovalla virtauksella. Ilma saattaa tuntua kylmältä, nenä kuivalta, vuotavalta ja tukkoiselta.

Käytettäessä nenän kautta annettavaa ylipainehoitoa ovat nenän tukkoisuus ja/tai vuoto-oireet tavallisia. Toivomme, että seuraavat ohjeet auttavat teitä käyttämään CPAP- laitettanne jatkuvasti ja että osaatte hoitaa nenäänne asianmukaisesti sekä käyttää lääkärin määräämiä lääkkeitä oikein.

CPAP -laitteen kostutin ja lämmittävä ilmaletku huolehtivat huoneilman kostuttamisesta ja lämmittämisestä ja tekevät laitehoidon miellyttäväksi.

Jos teille on aikaisemmin määrätty joko allergiseen tai ns. vasomotoriseen nuhaan jatkuva lääkitys, sitä jatketaan kuten ennenkin. Tällaisia lääkkeitä ovat paikallisesti käytettävät antihistamiinit, antihistamiinitabletit, kortisonipohjaiset sumutteet ja muut sumutteet (esim. Atrovent® nasal).

CPAP –hoitoa varten on mahdollista saada kortisonipohjainen nenäsumute pitkäaikaiseen käyttöön lääkärin reseptillä.

Jos käytössänne ei ole kostutinta, huomioikaa alla olevat asiat.

- Huoneilman suositeltava kosteus on 40–60 % ja lämpötila 18–21 C. Mikäli ilman-kostuttimen käyttö on tarpeen, sen on hyvä olla höyryttämällä kostuttava. Huoneilman kosteutta on syytä seurata kosteusmittarilla ja käyttää ilmakehän kostutinta vain, jos ohjeet alittuvat. Liika kosteus edesauttaa haitallisten pieneliöiden kasvua.
- Kostuttavat liuokset, kuten Humidose, Natrium Cloridi, Nozoil, A-Vita-nenätippoja suihkutetaan 1 – 2 suihketta tarvittaessa kumpaankin sieraimeseen. Nesteet helpottavat nenän puhdistusta karstoista ja eritteistä. Rypsiöljyä voidaan myös käyttää.

Seuraavilla hoitoaineilla voidaan vähentää CPAP- laitteen aiheuttamia ongelmia nenässä:

- Nenävoiteita käytetään sierainaukkojen ärsyntyessä. Tähän sopivat perusvoiteet ja esim. Bepanthen- voide.
- Nenän limakalvo turvotusta vähentävät lääkkeet (apteekista ilman reseptiä) on tarkoitettu lyhytaikaiseen käyttöön 2 - 3 kertaa vuorokaudessa flunssan yhteydessä korkeintaan 5-10 vuorokauden ajan. Pitkäaikainen säännöllinen käyttö aiheuttaa pahenevaa nenätukkoisuutta ja vesinuhaa.

Keuhkosairauksien poliklinikka puh. 044 797 4003 klo 7:30 – 16.00.