

## Ohjeita C-pap laitteen käyttäjälle

C-pap laite puhaltaa huoneilmaa ylipaineella letkuston kautta maskiin ja sitä kautta ilmateihin. Hengitystiet pysyvät auki, hengityskatkokset ja kuorsaus loppuvat. Hengitys sujuu paremmin ja unenlaatu paranee. Olet pirteämpi ja jaksat paremmin päivisin.

Hoito onnistuu parhaiten kun käytät c-pap laitetta kokonaisia öitä. Laite ei paranna uniapneaa mutta hengityskatkokset pysyvät poissa silloin kun käytät laitetta.

Alussa ylipaine voi tuntua tukahduttavalta. Ajan myötä tämä tunne kuitenkin häviää. Voit myös käyttää laitteen viiveaika-toimintoa.

Jos limakalvot nenässä kuivuvat, aivastelet, nenä vuotaa tai menee tukkoon voit kokeilla kosteuttavia nenäsuihkeita. Ilman reseptiä saatava nenäsuihke on esim. Nozoil.

Maski tulee puhdistaa säännöllisesti. Puhdas maski on tiiviimpi ja käyttöikä on pidempi.

- **Maski**, pese miedolla pesuaineella vähintään kerran viikossa. Huuhtelee hyvin ja anna kuivua. Pyyhi päivittäin kostealla ne osat joka tulee suoraan iholle.
- **Myssy ja remmistö**, pese käsin miedolla pesuaineella, huuhtelee hyvin ja anna kuivua.
- **Letku**, päästä vettä letkun läpi noin kerran viikossa. Laita letku roikkumaan että se kuivuu
- **Laite**, pyyhi kostealla liinalla. Jos sinulla on Resmed S7,S8 tai S9 laite, vaihda suodatin uuteen noin 4-6 kuukauden välein. Sininen puoli ulospäin. S9 laitteessa suodatin on valkoinen, eikä ole väliä kumpi puoli on ulospäin. Muissa laitteissa karkeasuodatin tulee pestä kerran viikossa. Painele kuivaksi ja kiinnitä suodatin laitteeseen vasta kuivana.

Tarkemmat ohjeet ovat jokaisessa maskipakkauksessa ja c-pap laitteen käyttöohjeissa. Jos sinulla on kysymyksiä ota yhteys uniapneahoitajaan keuhkopoliklinikalla.

Puhelinajat ma-pe klo 14.30-15.00, Puh nro 323 2703.

Lisää tietoja uniapneasta ja c-pap hoidosta löydät internetistä, esim.

[www.uniliitto.fi](http://www.uniliitto.fi)

[www.hengityслиitto.fi](http://www.hengityслиitto.fi)

[www.cpap.fi](http://www.cpap.fi)

[www.uniapnea.fi](http://www.uniapnea.fi)

13.4.2011 H.A