

## Slaapapneu (OSAS)

OSAS (obstructief slaapapneusyndroom) is een aandoening waarbij tijdens slaap de bovenste luchtwegen door spierverslapping dichtvallen. Het is een proces dat zich vele malen per nacht herhaalt. Hierdoor komt iemand niet in een diepe verkwikkende slaap.

De directe gevolgen zijn voor de patiënt overdag goed merkbaar en ingrijpend in de vorm van vele symptomen zoals overmatige vermoeidheid, concentratiestoornissen, 'kort lontje', verminderde leerprestaties, depressieve gevoelens en gevoelens van burn-out, libidoverlies. Al deze symptomen hebben bovendien vaak een negatief effect in de relationele sfeer.

OSAS is een chronische ziekte. De gevolgen op lange termijn blijken ernstig, en het wordt in de literatuur inmiddels vaak 'levensbedreigend' genoemd. De verschillende effecten van OSAS dragen bij aan het veroorzaken, in stand houden dan wel verergeren van een aantal chronische ziektebeelden.

De belangrijkste daarvan zijn hart- en vaatziekten (met name hoge bloeddruk, hartritmestoornissen, hartinfarct en hersenbloedingen), suikerziekte (diabetes



type 2) en overgewicht. De onderliggende pathofysiologische processen zijn complex en niet altijd is duidelijk wat de oorzaak en wat het gevolg is. Wel is duidelijk dat het ongediagnosticeerd en onbehandeld laten van OSAS voor alle bovengenoemde ziektebeelden negatieve consequenties heeft.

OSAS komt voor bij ongeveer 8-12 op de 100 mensen. Op dit moment zijn 80% (4 op 5) van de mensen met OSAS niet gediagnosticeerd, d.w.z. ze weten niet dat zij dit hebben. Daarom doen wij actief onderzoek naar OSAS.

## Gevolgen onbehandelde OSAS

Op deze website worden de gevolgen van onbehandelde OSAS in een animatie uitgelegd:

<https://www.nederlandsslaapinstituut.nl/animatie-slaapapneu/>

## OSAS vragen

Heeft u last van:

- Veel snurken?
- Vermoeidheid overdag?
- Verminderde concentratie?
- Stokkende ademhaling tijdens de slaap?
- Niet-verfrissende slaap?

Er is een vermoeden voor OSAS als u 2 of meer vragen beantwoordt met 'ja'.

## Slaaptest

Op

<https://www.nederlandsslaapinstituut.nl/zelftest/> of op <https://apneuvereniging.nl>

kunt u in 5 minuten een slaaptest doen.

Komt hier een aanzienlijk of hoog risico uit? Maak dan een afspraak op het spreekuur dr. S. Köthe voor verder onderzoek.

## Het onderzoek

In overleg met dr. S. Köthe kunt u in aanmerking komen voor een WatchPAT onderzoek waarmee de kwaliteit van uw slaap wordt geanalyseerd (zie afbeelding).

De gegevens van het onderzoek worden door de huisarts doorgestuurd naar het Nederlands Slaapinstituut (NSI)

## **NSI**

Het NSI neemt contact met u op voor een afspraak met de medisch specialist-somnoloog (slaaparts).

Er wordt dan samen met u de uitslagen, vervolgstappen en behandelopties besproken.

Deze afspraak vindt meestal plaats via een videoconsult.

## **Vergoeding en kosten**

Het slaaponderzoek en eventuele behandeling worden vergoed binnen het basispakket van de zorg. Je hoeft er dus geen aanvullende verzekering te hebben. Wel spreekt het je verplicht of vrijwillig eigen risico aan. Indien uw verzekering niet het volledige bedrag vergoedt, neemt u contact op met het NSI.

## **Nederlands Slaap Instituut**

Telefoon: 085-0710900

E-mail:

[secretariaat@nederlandsslaapinstituut.nl](mailto:secretariaat@nederlandsslaapinstituut.nl)

Website: [www.nederlandsslaapinstituut.nl](http://www.nederlandsslaapinstituut.nl)



## **Huisartsenpraktijk Boshoven**

*Dr. S. Köthe*

*St. Odastraat 22*

*6002 BD Weert*

*tel: 0495-53 33 93*

[www.huisartspraktijkboshoven.nl](http://www.huisartspraktijkboshoven.nl)

### **Assistentes:**

*Roelie Brackenie - Koetsier*

*Anita Lemmers - Reijnen*

*Stephanie Brackenie*

*Mirlanda Moors-Peeters*

### **Praktijkondersteuners:**

*Maaike Heemskerk*

*Maria Timmermans*

*Dave Hubben*

### **Praktijkmanager:**

*Tahnée Creemers*



## **Slaapapneu- Onderzoek**

**Huisarts**  
**Dr. S. Köthe**