

Apnéskinner

📺 NILS ROAR GJERDET

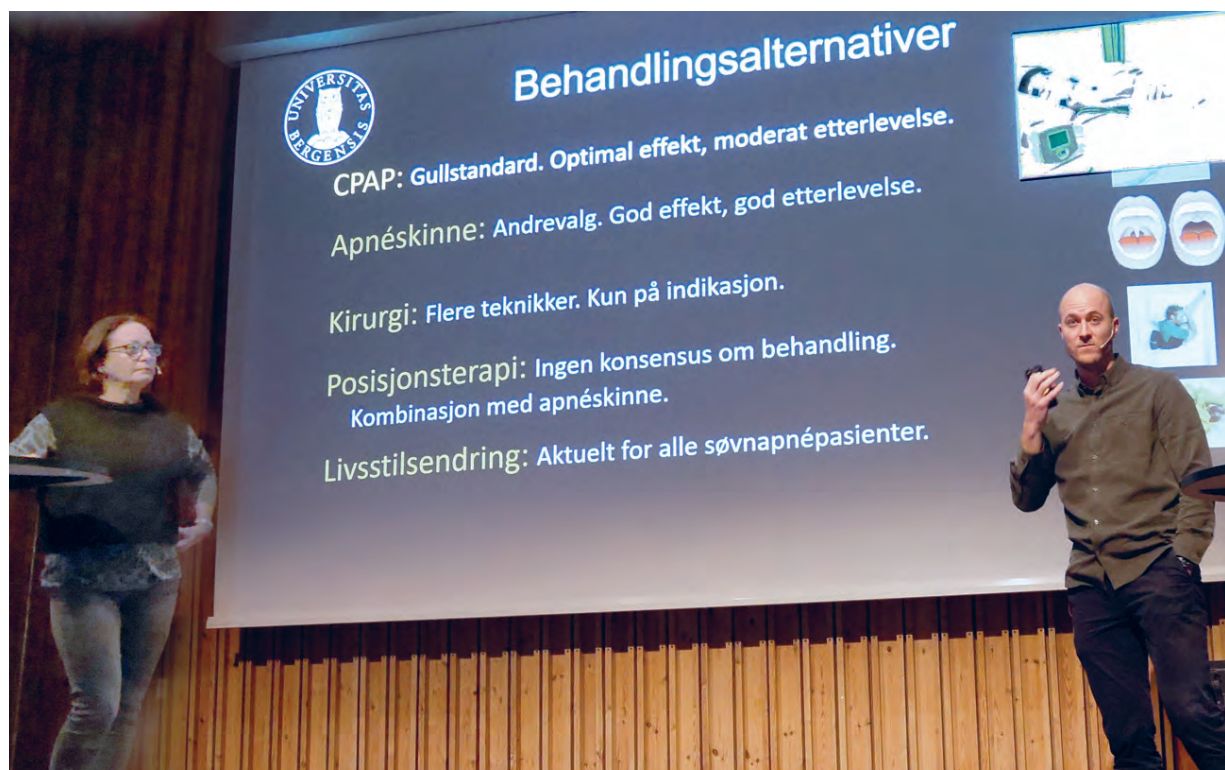
Pustestopp eller pustepause – apné – under søvnperioder kan ha mange, og noen ganger alvorlige, helsemessige konsekvenser som følge av oksygenmangel, høy karbondioksid og fragmentert søvn. Det er trolig at forekomsten øker og er underdiagnostisert. Søvnskinner som en behandlingsmulighet ble presentert av Kjersti Gjerde som er tannlege ved Senter for søvnmedisin ved Haukeland universitetssjukehus og ph.d.-stipendiat, og Ulrik Leidland Opsahl, spesialist i oral protetik og ph.d.-stipendiat.

Apnéskinner motvirker obstruktiv søvnapné ved at luftveiene holdes åpne under søvnen. Det er et alternativ til «gullstandarden» CPAP (continuous positive airway pressure; kontinuerlig luftveisovertrykk) som er et apparat med maske og følgelig litt omstendelig for brukeren.

Diagnostikken bygger på søvnregistrering som blant annet viser søvnfaser.

Skinnene framstilles på grunnlag av avtrykk, kjeve- og bittregistrering. De utformes til maksimal, komfortabel protrusjon, optimalt i området 40 - 50% av maksimal protrusjon, og kan justeres gradvis («titreres») over tid. Det er en utfordring å overvåke etterlevelsen ved skinnebehandling, men det utvikles skinner med innebygde sensorer. Bivirkningene ved skinner er stort sett milde, for eksempel xerostomi og smerte i begynnelsen, og det kan oppstå okklusjonsendringer over lengre tid.

Behandling med apnéskinner er et godt alternativ der CPAP er uhensiktsmessig eller ikke tolereres av brukeren. Tannleger har en naturlig og sentral rolle i utforming og tilpasning av skinnene.



Kjersti Gjerde og Ulrik Leidland Opsahl oppsummerer her ulike metoder for å behandle pustestopp under søvn.