



Onderzoek naar apap voor vrouwen

Andere klachten, andere behandeling?

Vrouwen met obstructief slaapapneu hebben vaak andere verschijnselen en klachten dan mannen. Dat is onderzocht. Maar of een standaard pap-behandeling voldoende is voor vrouwen is nauwelijks bestudeerd.

Verpleegkundig specialist Gea Beskers deed dat wel.





Vrouwen met obstructief slaapapneu (osa) hebben andere klachten dan mannen met osa. 'Met name vóór de menopauze hebben vrouwen een lagere ahi, minder en korter durende apneus en meer hypopneus dan mannen. Zij hebben vooral meer ademhalingsbeperkingen in de droomslaap', vertelt Gea Beskers, verpleegkundig specialist bij het Slaapcentrum van Amphia in Breda.

Waakzame slapers

Vrouwen hebben een kortere en smallere bovenste luchtweg dan mannen. Hierdoor ontstaat tijdens de inademing een hogere ademweerstand die leidt tot een beperkte ademhaling (flowlimitatie). Een aantal adembepalingen achter elkaar kan leiden tot een wekreactie vanuit de hersenen: een arousal. De

Man/vrouw-verschillen

Mannen met osa noemen vooral klachten rond snurken en overdag ongewenst in slaap vallen. Bij vrouwen zit dat anders. Vóór de menopauze hebben vrouwen met osa last van slapeloosheid, slechte slaapkwaliteit, stemmingswisselingen, hartkloppingen, concentratieproblemen, hoofdpijn, vermoeidheid, rusteloze benen en moeite met het volbrengen van de dagelijkse taken. Na de menopauze hebben ze last van slaperigheid en snurken, meer zoals bij mannen. De veranderde vetverdeling na de menopauze vermindert de doorgankelijkheid van de bovenste luchtwegen. Zowel voor als na de menopauze melden vrouwen vaker een afname van kwaliteit van leven dan mannen bij een gelijke ahi. Hoewel vrouwen een minder hoge ahi hebben, zijn de gezondheidsrisico's van apneu hetzelfde.

'De behandeling had een positief effect op angst, depressie en slapeloosheid bij vrouwen vóór de menopauze'

combinatie van flowlimitaties met wekreactie noemt men rera: respiratory effort related arousal. Vrouwen kunnen waakzame slapers zijn, waardoor ze gevoeliger zijn voor verstoringen die leiden tot wekreacties. Bijvoorbeeld door een snel stijgende of dalende druk van een apap.

Vrouwenstudie

Als vrouwen andere klachten hebben voor hun apneu, is de standaard pap-behandeling dan wel optimaal? Deze vraag is nog nauwelijks bestudeerd. Het merendeel van de bestaande onderzoeksgegevens naar osa-behandeling betreft mannen. Reden voor Gea om te starten met een studie onder vrouwen.

Voor haar opleiding tot verpleegkundig specialist deed zij onderzoek onder 48 pre- en postmenopauzale vrouwen met osa. Zij hadden een ahi van 5 of meer en klachten als slapeloosheid, angst, depressie en moeite met functioneren overdag. Gea keek naar het effect van de apap na 8 tot 10 weken. De deelnemers vulden vragenlijsten over hun klachten in en de apap werd na 8 tot 10 weken uitgelezen.

Automatische druk

In het onderzoek zijn de vrouwen vanaf het begin behandeld met een apap: automatic positive airway pressure. Deze pap stelt automatisch de benodigde druk vast en past deze voortdurend aan. Gea Beskers: 'In Amphia starten wij



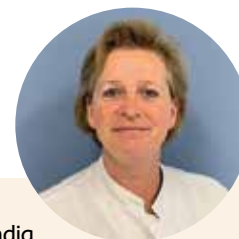
standaard met een apap, mits er geen contra-indicaties zijn. Dit doen we vanuit de overtuiging en ervaring dat het voor de meeste mensen goed werkt. De variabele druk wordt ingesteld op basis van nekomvang, bmi en ahi.' Overigens betekent dit niet dat alle cpap-gebruikers dan maar aan de apap moeten. Gea: 'Als iemand het goed doet op een cpap is er geen reden om dat te veranderen.'

Minder angst

Gea onderzocht of het gebruik van een apap na 8 tot 10 weken effect had op de klachten over slapeloosheid, stemmingswisselingen en het functioneren overdag. Ook keek ze of dat effect verschillend was voor vrouwen voor en na de menopauze. Gea: 'Het effect bleek positief op angst, depressie en slapeloosheid bij vrouwen vóór de menopauze. Bij vrouwen na de menopauze was er alleen op angst een positief effect. Mogelijk zou het resultaat anders zijn als het onderzoek was voortgezet na de 10 weken.' Omdat de onderzoeksperiode kort was, kon er ook geen verband worden gevonden tussen de gebruiksduur van de apap en de klachten. Ook het verband tussen de hoogte van de ahi en het effect van de apap was daardoor niet te zien.

Autoset for her

Gea start binnenkort met een onderzoek dat ongeveer twee jaar zal duren. Daarin vergelijkt ze een gewone apap



Gea Beskers (55) is verpleegkundig specialist bij het Slaapcentrum van Amphia in Breda. Voor haar opleiding deed zij onderzoek naar het effect van apap-behandeling bij vrouwen met obstructief slaapapneu. In 2024 start zij een vergelijkend onderzoek gericht op het effect van een apap voor vrouwen.

met een speciale apap voor vrouwen. Deze 'Autoset for her' is in 2015 op de markt gebracht en is speciaal ontwikkeld voor premenopauzale vrouwen. Wat niet wegneemt dat hij ook geschikt kan zijn voor mannen met vooral gedeeltelijke luchtwegafsluitingen. Gea wil kijken of deze speciale apap vrouwen meer te bieden heeft dan een gewone apap. Gea: 'De Autoset for her is ingesteld op het typische verloop van osa bij vrouwen. Zo houdt het algoritme rekening met de gevoeligheid van vrouwen voor snelle en sterke drukwisselingen en stijgt het eerder met de druk en blijft langer op een bepaalde druk staan dan de standaard apap.'

Gegevens nodig

Aan het onderzoek doen 186 vrouwen mee die net de diagnose obstructief slaapapneu hebben gehad. Vrouwen voor en na de menopauze. Een deel krijgt de standaard apap en een deel de Autoset for her. Gea: 'Het doel is na te gaan of er verschil is in vermindering van de klachten, in slaapkwaliteit en slaapcomfort. Slaat behandeling met een speciale vrouwen-apap beter aan dan de apap die nu standaard wordt ingezet? Om daarop antwoord te krijgen, is het belangrijk om veel gegevens over vrouwen, apneu en de behandeling te verzamelen.'

De menopauze

De menopauze is geen periode, maar een moment: de laatste menstruatie. Wanneer een vrouw na haar laatste menstruatie twaalf maanden niet meer ongesteld is geworden, weet ze dat ze de menopauze heeft gehad.