

Een speciale apap voor vrouwen

Er zijn vrouwen die weliswaar een lagere ahi hebben door behandeling met een gewone cpap of apap, maar toch nog steeds klachten blijven houden.

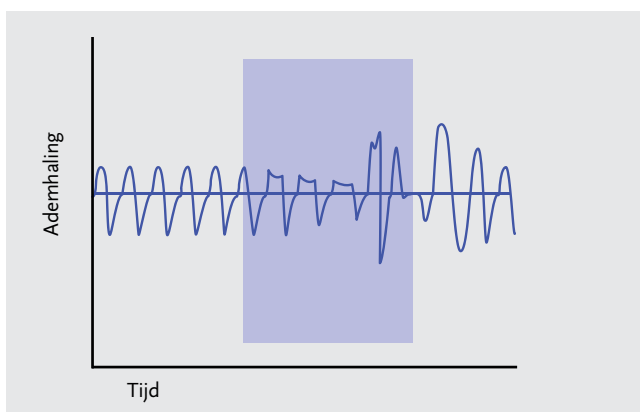
Voor hen is er een speciale apap: de Autoset for her.

tekst: **Marijke Ijff**
grafieken: copyright Resmed

Binnen de geneeskunde neemt de aandacht voor behandeling op maat toe. Ook voor apneu is maatwerk op komst. Zo is men op zoek naar groepen mensen met dezelfde kenmerken (fenotypes) om te kijken of een aangepaste behandeling hen beter en sneller kan helpen. Wij kijken naar de ontwikkelingen in het aanbod voor het (nog niet officiële) fenotype: vrouwen die met een cpap of apap een lagere ahi hebben, maar toch klachten houden.

Vrouwen zijn anders

Vrouwen met apneu hebben vaak andere verschijnselen en klachten dan mannen. Zij hebben lagere ahi's (minder apneus en hypopneus), korter durende apneus, minder ernstige hypopneus en vooral ademhalingsstoornissen in de rem-slaap. Klachten die zij melden zijn vooral vermoeidheid, slapeloosheid, hoofdpijn en gebrek aan concentratie. Omdat vrouwen een kortere bovenste luchtweg hebben, valt deze niet zo snel dicht. In ons vorige magazine* zei somnoloog Karel Schreuder daarover: 'In plaats van een apneu ontstaat er een hogere ademweerstand, wat vooral de inademing bemoeilijkt. Dat zorgt voor een beperkte ademhaling ofwel flowlimitatie. De combinatie van een aantal beperkte ademhalingen gevolgd door een wekreactie noemen we een respiratory effort related arousal (rera, zie kader). Rera's leiden, net als wekreacties na een obstructieve apneu of hypopneu, tot verslechtering van de slaapkwaliteit en de kwaliteit van leven.'



Een rera: in het lila blokje ziet u een aantal adembepalingen (de drie afgevlakte topjes) met daarna de wekreactie (arousal).

Toch dezelfde behandeling

Ook al hebben vrouwen andere klachten, toch is de diagnose en behandeling bij vrouwen meestal niet anders dan bij mannen. De apneus en hypopneus worden vermeld en vervolgens behandeld met een cpap of apap. Voor een deel van de vrouwen is dat een prima behandeling. Hun klachten verdwijnen bij trouw gebruik van de pap.

Er zijn echter ook vrouwen die met een cpap of apap hun klachten blijven houden, ondanks een lage ahi. Een gedegen slaaponderzoek kan het vermoeden van de opletende zorgverlener bevestigen: deze patiënt heeft veel rera's en vooral verstoringen in de rem-slaap.

Vrouwen lijken gevoeliger voor drukwisselingen van de apap

Algoritme van apap

Een cpap is meestal de eerste behandelkeuze en werkt goed voor velen, mannen en vrouwen. De cpap behandelt met de constante druk de rera's hetzelfde als de apneus en hypopneus. Dat blijkt goed te werken voor een deel van de patiënten.

De apap heeft een algoritme (een soort automatische instelling, zie kader) dat rera's behandelt op basis van de beperkingen in de ademhaling (flowlimitatie). Het lijkt erop dat vrouwen gevoeliger zijn voor de snelle drukwisselingen waarmee een gewone apap reageert op de verschillende ademverstoreningen. Die wisselingen zijn voor sommige vrouwen te abrupt, ze verstoren hun slaap. Een aantal behandelaars adviseert daarom aan iemand met veel rera's een cpap met een hogere druk om de rera's te voorkomen. Met wisselend resultaat.

Aan haar aangepast

De Airsense 10 Autoset for her van ResMed, in Nederland verkrijgbaar sinds 2017, vermijdt snelle drukwisselingen. Het is een apap waarbij het algoritme reageert op een aantal specifieke aspecten van apneu bij vrouwen.

Het algoritme in de Autoset for her houdt rekening met:

- de ademverstoringen in de rem-slaap (typerend bij vrouwen);
- de beperkte ademhaling en de wekreactie die erop volgt (rera);
- de verhoogde onderdruk die nodig is om apneus en rera's tegen te gaan;
- de gevoeligheid van vrouwen voor snelle en sterke drukwisselingen.

Onderdruk omhoog

Om apneus te voorkomen zorgt het aangepaste algoritme ervoor dat na twee apneus in één minuut de onderdruk iets omhoog gaat. De onderdruk blijft verhoogd tijdens de verschillende slaapfasen in de rest van de nacht. Hierdoor worden in een volgende rem-slaap apneus voorkomen en zijn er minder sterke drukwisselingen.

Wat is wat?

cpap

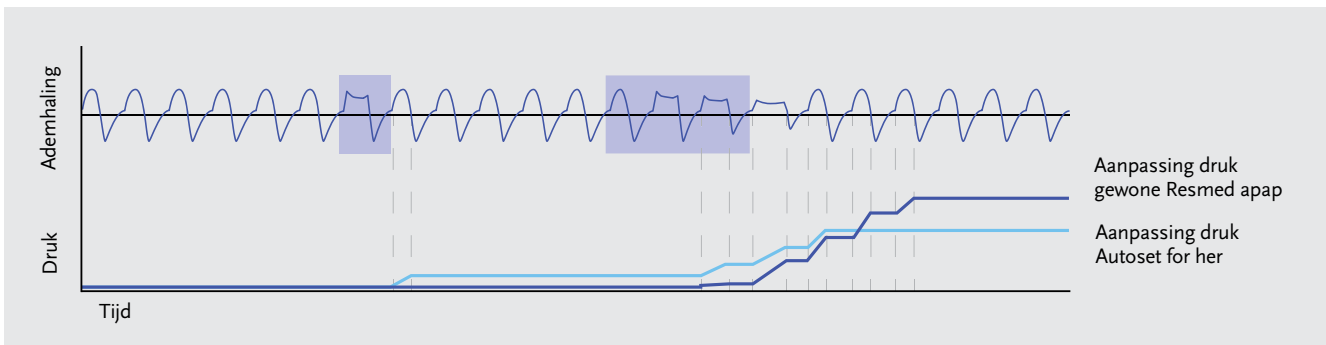
continuous positive airway pressure: de cpap levert een continue stroom van lucht om te voorkomen dat de bovenste luchtwegen blokkeren tijdens de slaap.

apap

automatic positive airway pressure: de apap stelt automatisch de benodigde druk vast en past deze voortdurend aan.

algoritme

Een serie stappen om met een computerprogramma een probleem op te lossen.



De Autoset for her reageert op één beperkte ademhaling (de afgevlakte piek in het eerste lila blokje) met het verhogen van de onderdruk (de lichtblauwe lijn). De onderdruk blijft verhoogd gedurende de rest van de nacht. In het tweede lila blok worden de beperkte ademhalingen gevolgd door verdere drukverhoging, waardoor de wekreactie uitblijft. Het wordt geen rera meer. De donkerblauwe lijn laat zien hoe de gewone apap van Resmed reageert na drie beperkte ademhalingen vanuit een lage onderdruk: met een hogere bovendruk en waardoor grotere drukverschillen ontstaan.

De OSA-richtlijn over rera's

In de OSA-richtlijn 2018** wordt het scoren van rera's tijdens slaaponderzoek niet geadviseerd maar als optie aangegeven. Volgens de richtlijn wordt een ademvermindering van 30% aangemerkt als hypopneu, terwijl dit voorheen pas bij 50% ademvermindering het geval was. Daarmee zouden er meer rera's geregistreerd worden. Men gaat ervan uit dat de apap de rera's ziet en behandelt. Het is niet zeker of dat voor alle rera's geldt. De richtlijn maakt geen onderscheid tussen mannen en vrouwen.

Niet alle vrouwen

Is een apap met een algoritme voor haar zinvol? De Autoset

for her is niet ontwikkeld voor alle vrouwen. Resmed geeft aan voor wie de pap bedoeld is: vrouwen met een lagere ahi die met een cpap of apap toch klachten houden. Overigens blijken er in de praktijk ook mannen te zijn die met dit algoritme 'for her' eindelijk goed slapen.

Een recente studie van Resmed*** in samenwerking met wetenschappers in Australië, Spanje en Duitsland onderzocht de kwaliteit van leven onder 122 vrouwelijke patiënten in Spanje en Duitsland die behandeld werden met de Autoset for her. De studie werd gedaan in het kader van gepersonaliseerde geneeskunde (fenotypering). Het onderzoek laat een significante verbetering zien van de kwaliteit van leven na drie maanden gebruik van de speciale apap voor vrouwen. De onderzoekers wijzen op het belang van verder onderzoek naar seksspecifieke behandelingen. De Autoset for her is een mooie stap op weg naar fenotypes en maatwerk in de apneuzorg. ■

* *ApneuMagazine 2021-1, pagina 30-31.*

** *Richtlijn Diagnostiek en behandeling van obstructief slaapapneus (OSA) bij volwassenen.*

*** *AJ Wimms, et al, Journal of Sleep Disorders: Treatment & Care, Improvements in quality of life in female obstructive sleep apnea patients using a gender specific positive airway pressure device, 2020.*