

APNEUCHECK NA EEN HARTOPERATIE

Altijd uitgerust, geen kort lontje, toch apneu



‘Cardiologen zouden na een hartoperatie moeten vragen of patiënten op hun rug zijn gaan slapen. En hen wijzen op de mogelijkheid van apneu.’ Dat vindt oud-redactielid Geeske van der Veer na ontdekking van positioneel slaapapneu bij haar man Harry.

tekst: **Ton op de Weegh**

Midden in de stad kreeg Harry een hartstilstand. Geeske beschreef het in een column in ApneuMagazine (nummer 1-2019). Een toevallig voorbijlopende verpleegkundige begon hartmassage, een AED uit een supermarkt in de buurt werd gebruikt door een dokter die zijn boodschappen op de lopende band liet liggen. De ambulance was snel ter plaatse. In het ziekenhuis kreeg haar man vier bypasses. Binnen tien dagen liep hij met een vriend al weer delen van de wandelroute naar Santiago de Compostela. Eind goed al goed, zou je zeggen.



foto: Hans Lubout

Geen typische apneusymptomen

Harry pakte zijn leven weer op. Na zijn operatie vond hij het – zoals meer hartpatiënten – prettiger om op zijn rug te slapen. Het viel Geeske op dat hij dan licht snurkte. En even stopte met ademen. Zou hij, net als zijzelf, apneu

hebben? Maar haar man vertoonde verder helemaal niet de typische kenmerken van apneu. Hij was bijvoorbeeld altijd uitgerust, had geen kort lontje, geen behoefte aan een middagdutje en had veel zin om grote afstanden te wandelen.

Posas

Harry onderging uiteindelijk toch een slaaponderzoek. Resultaat: een ahi van 52 en een flink verminderd zuurstofgehalte van het bloed. Bovendien bleek dat hij 97% van zijn ademstilstanden had in rugligging. Kortom, hij had posas (positioneel slaapapneu syndroom, ook wel positieafhankelijke slaapapneu genoemd). Dit is een blokkering van de luchtweg tijdens de slaap die vooral optreedt bij rugligging.

Het zijn vragen die maar 15 seconden in beslag nemen

Therapie bij posas is vaak het gebruik van een slaappositietrainer (spt). Dit apparaatje geeft iemand die op zijn rug slaapt een lichte trilling, waardoor de gebruiker zonder wakker te worden op zijn zij gaat liggen.

Harry heeft niet voor een spt gekozen, omdat hij door de hartoperatie moeilijker op zijn zij kan liggen. Hij slaapt het liefst op zijn rug. Inmiddels heeft hij een cpap. Voor de rest is er weinig veranderd in het leven van Geeske en haar man. Zelfs corona kan het wandelen en sporten niet tegenhouden.

Hoe slaapt u nu?

Toch blijft er bij Geeske wat knagen. Was dit niet te voorkomen geweest? Natuurlijk zal een cardioloog, internist of huisarts niet snel aan apneu denken. Maar wat als een behandelend arts na zo'n operatie standaard de vraag zou stellen hoe de patiënt nu slaapt? Of hij op zijn rug ligt? Meer snurkt? Kortom, een kleine apneuecheck doet? Geeske: ‘Het zijn vragen die in totaal maar 15 seconden van het gesprek in beslag nemen. Maar ze zijn erg belangrijk.’ ■

