

Poetsen is gezond

Je wast je kleren, je vuile vaat en poetst het huis. Maak echter ook regelmatig je cpap schoon. Doe je dat niet, zou je er in het ergste geval een luchtweginfectie door kunnen oplopen.

Elke nacht staat de cpap aan en elke dag heeft het apparaat een klein beetje onderhoud nodig. De reiniging van je cpap hoeft niet veel moeite te kosten en kan veel ellende besparen. Voer je die opfrisbeurt niet uit, dan kan dat nare gevolgen hebben, zoals een patiënt met het obstructieve slaapapneusyndroom dit voorjaar ontdekte.

Legionella

In het Nederlands Tijdschrift voor Geneeskunde beschreven artsen onlangs hoe een apneupatiënt een legionellapneumonie (longontsteking veroorzaakt door de legionellabacterie) opliep door onvoldoende onderhoud van zijn cpap. De patiënt kwam bij de spoedeisende hulp nadat hij drie dagen koorts, spierpijn en een toenemende kortademigheid ervoer. Op de Spoedeisende Hulp stelden men de diagnose legionellapneumonie. De patiënt werd opgenomen en moest ruim twee weken op de intensive-careafdeling blijven, voordat hij na enkele dagen op een gewone verpleegafdeling, het ziekenhuis kon verlaten.

Tien weken voor zijn ziekenhuisopname begon de patiënt een cpap te gebruiken. Hij verzuimde al die tijd het waterreservoir te onderhouden. Toen de artsen het waterreservoir openden troffen zij hierin een biofilm (een slijm laag rijk aan bacteriën) en bruingeel water aan. Hiervan namen zij een monster en vergeleken de legionellabacteriën die ze hierin vonden met de bacterie die ze hadden aangetroffen in de patiënt. De bacterie bleek van hetzelfde type te zijn: het *Legionella pneumophila* serogroep 1, ST37-type. Dit

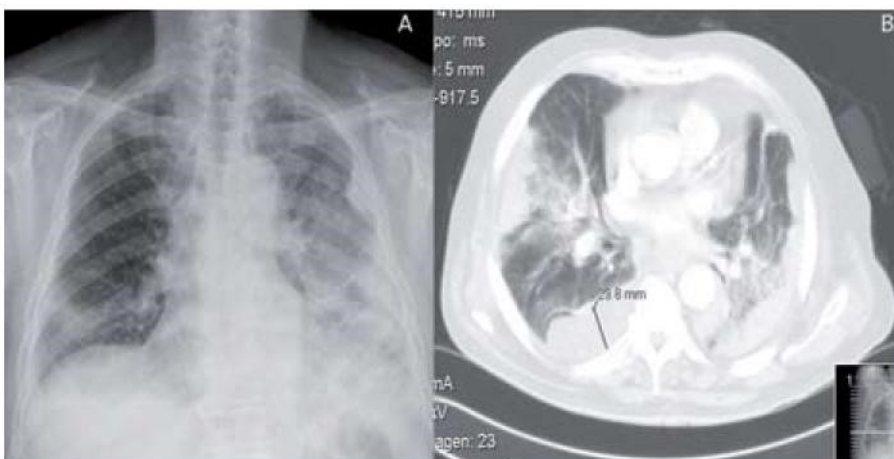


type zorgde ervoor dat de artsen de cpap als bron konden identificeren voor de besmetting van de patiënt.

Acute infectie

Legionella pneumophila is een bacterie die in Nederland vooral bekend werd door de legionella-uitbraak die in 1999 plaatsvond in Bovenkarspel. Daar werden tijdens de Westfriese Flora ongeveer 200 personen ernstig ziek. Zowel bij patiënten als in het water van tentoongestelde bubbelbaden werd legionella gevonden.

Een acute infectie in de luchtwegen veroorzaakt door de legionellabacterie noemt men legionellose, of ook wel veteranenziekte. Wie in contact komt met de bacterie wordt meestal niet ziek. Soms krijg je milde griepachtige klachten



Thoraxfoto (A) en computer-tomografie (B) tonen uitgebreide alveolaire infiltraties voornamelijk in de linker kant van de borst en diverse pleurale infecties bij een patiënt met empyeem (opeenhoping van pus) als gevolg van *Legionella pneumophila*.



die na enkele dagen weer over gaan (legionellagriep). Circa 300 tot 400 keer per jaar veroorzaakt de bacterie een ernstige longontsteking. Meestal word je na vijf tot zes dagen na de besmetting ziek, maar het kan tot 20 dagen duren tot je de eerste ziekteverschijnselen waarneemt.

Hoe kan een legionella-infectie nu plaatsvinden?

Er zitten onder normale omstandigheden maar weinig legionellabacteriën in water, maar de bacterie kan in water wel heel snel groeien (zich vermeerderen), vooral wanneer het water stilstaat bij temperaturen tussen 25 en 45 graden. Toch word je niet ziek wanneer je water met de bacterie drinkt. Alleen als je de bacterie inademt bestaat de kans op infectie. Dat kan bijvoorbeeld gebeuren als er gesproeid wordt met water (zoals met een tuinslang, brandslang of de douche). De afgelopen drie jaar was er ten minste drie keer sprake van legionellapneumonie waar artsen een mogelijke link legden met een cpap-apparaat. Bij de patiënt die dit voorjaar beschreven werd, vonden de artsen voor het eerst een duidelijk verband.

De gedachte dat deze bacteriën te zwaar zouden zijn om mee te reizen met de verdamping is niet correct. Bij uitbraken is verspreiding van de bacterie aangetoond tot een afstand van 10 tot 15 kilometer. Daarnaast kunnen de bacteriën door groei in de amoebes van biofilms verschillende vormen aannemen, waarbij sommige vormen kleiner zijn dan de vrije bacterie en beter geschikt om te overleven.

Onderhoud

Het is dus belangrijk dat het schoonmaken van je cpap net zo'n routine wordt als het tandenpoetsen of douchen. De ApneuVereniging raadt dan ook aan dagelijks het masker schoon te maken met warm water en zachte zeep en iedere ochtend het water uit het reservoir te vervangen en het reservoir goed te reinigen. Daarnaast raadt de vereniging aan elke week de banden van het masker met zeep te reinigen, de slang wekelijks te reinigen als u met bevochtiging werkt (maandelijks indien zonder) en elke week het filter te reinigen en de filters van het apparaat na een half jaar te vervangen door een nieuw exemplaar. ■



Net zo'n routine als tandpoetsen of douchen: dagelijks het masker met zeep (babyshampoo) reinigen; elke week het filter schoonmaken; regelmatig de slang spoelen en de hoofdband wassen.

