

Narval CC: nästa generations antiapnéskena för OSA och snarkning

Narval CC har utvecklats av ResMed, den globala ledaren inom behandling av sömnrelaterade andningsstörningar.

Narval CC kombinerar innovativ design med avancerad CAD-/CAM-teknik (computer-aided design/manufacturing) för att ge dig:

En komfortabel, naturlig känsla:

- Den är tunn, lätt, diskret och metallfri.
- När du använder den kan du prata, dricka och öppna munnen på ett naturligt sätt.
- 80 % av patienter använder sin Narval CC varje natt¹¹.
- Patienter använder sin skena i genomsnitt 6,7 timmar per natt¹².

En god natts sömn

- I kliniska studier har Narval CC använts framgångsrikt av 84 % av deltagarna¹².
- Den reducerar OSA-symptomen avsevärt och förbättrar livskvaliteten¹¹.
- Höga snarkningsljud försvinner hos 90 % av de drabbade patienterna¹².

Dokumenterade biverkningar

- De flesta vanliga biverkningarna är ofarliga och temporära¹¹.
- Efter ett år av behandling rapporterade 99 % av patienter få eller inga biverkningar¹³.



Narval CC™
Antiapnéskena

Du förtjänar den bästa sömn du kan få!

Så fråga din specialist om Narval CC.

Din specialist

1. Young et al. Am J Respir Crit Care Med 2002; 165:1217-39.
2. Yang et al. Sleep 2000; 23(4): 535-541.
3. Marshall et al. Sleep 2008;31(8):1079-1085.
4. Leger et al. 2012; 16(5): 455-462.
5. Wang et al. Respirology 2013 Jan; 18(1): 140-146.
6. Bradley et al. Lancet 2009; 373: 82-93.
7. Somers et al. Circulation 2008;118(10): 1080-1111.
8. Pietzsch et al. Sleep 2011; 34(6): 695-709.
9. Johns MW. Sleep 1991; 14:540-545.
10. Dauvillier et al. Rev Mal Respir 2010; 27 :S124-S136.
11. Vecchierini et al. Sleep Med 2008; 9: 762-769. Uppföljning av 35 patienter med lätt till svår OSA efter 45 dagar.
12. Meurice et al. ORCADES. Eur Resp J 2013; 42(Suppl. 57):1056S. Uppföljning efter tre månader av 143 patienter med lätt till svår OSA. Framgångsrik användning definierad som sänkning av AHI med 50 %.
13. Geraads et al. Rev. Pneumol. Clin. 2010; 66:284-292. Uppföljning efter ett år av 129 patienter med lätt till svår OSA

Innehållet i detta dokument tillhandahålls endast i informationssyfte så att du ska kunna lära dig mer om OSA och behandlingsalternativ. Det är inte medicinsk rådgivning eller en diagnos och får inte användas som ett alternativ till att rådgöra med din läkare angående frågor som är specifika för din hälsa och behandlingar.



ResMed SAS
Parc Technologique de Lyon
292 allée Jacques Monod
69791 Saint-Priest Cedex – Frankrike

Återförsäljare:
ResMed Corp 9001
Spectrum Center Boulevard San Diego
CA 92123 USA.

Information om andra ResMed kontor hittar du på www.resmed.com. © 2014 ResMed Ltd. Specifikationerna kan ändras utan varsel. 1017349/1-2014-09

ResMed.com



Trött på att vara trött?

Snarkar du?

Känner du dig konstant sömning?

Vaknar du med huvudvärk?

Har du svårt att koncentrera dig på jobbet?

1 av 5 vuxna har någon form av sömnrelaterad andningsstörning¹ där andningen stör sömnen. Om du känner igen dig i några av symptomen ovan är du kanske en av de miljoner människor som har **Obstruktiv Sömnapné (OSA)**.

ResMed.com

Hur uppstår OSA?

Under sömnen avslappnas musklerna i de övre luftvägarna och luftvägen:

- **Blir trängre**, vilket hindrar luftflödet när man andas.
- **Vibrerar**, vilket är de snarkningsljud man hör.
- **Faller samman**, vilket under en kort tid stör din andning och hindrar dig från att andas och sova normalt.

Sannolikheten att man har OSA tilltar med åren. OSA förknippas med förminskade övre luftvägar. Detta kan bero på en stor tunga, förstorat gomsegel, förstörade tonsiller, en liten underkäke eller ökad kroppsvikt.

Varför är det så viktigt att få behandling?

Man kan enkelt avfärda OSA-symptomen som lindriga eller ofarliga, men OSA kan förhindra att man får den djupa och reparativa sömn man behöver. Det kan även minska livskvaliteten² och påverka din hälsa på lång sikt³. Bland riskerna finns:

- Bilolyckor⁴
- Diabetes⁵
- Hjärt- och kärlsjukdomar⁶⁻⁷
- Minskad produktivitet eller olyckor på arbetsplatsen⁸
- Nedsatt kognitiv förmåga⁴

Är jag i riskzonen?

Här följer symptom som eventuellt kan vara tecken på att du har OSA:

Under dagen

- Trötthetskänsla när du vaknar
- Sömnig
- Utmattad
- Humörsvängningar eller depression
- Dåligt minne
- Koncentrations-svårigheter
- Högt blodtryck

Under natten

- Snarkning
- Andningsuppehåll under sömn
- Vaknar ofta
- Kvävningsskänsla
- Sexuella störningar
- Nattsvett
- Vaknar fler än en gång för att gå på toaletten

Är jag sömning?

Att känna sig sömning under dagen är ett väldigt vanligt symptom för OSA. För att ta reda på hur sömning du är kan du svara på dessa frågor som kallas Epworth Sleepiness Scale⁹.

Hur sannolikt är det att du slumrar till eller somnar i följande situationer, inte bara att du känner dig trött?

Detta hänvisar till dina vanor under senare tid. Även om någon av dessa saker inte hänt på sistone, försök ändå att tänka på vilken effekt de skulle ha på dig. Använd den följande skalan och välj den siffra som passar bäst för varje situation:

Risk att slumra till:
0 = ingen risk **1** = liten risk
2 = måttlig risk **3** = hög risk

Situation	Risk att slumra till
Sitta och läsa	<input type="checkbox"/>
Titta på TV	<input type="checkbox"/>
Stillasittande på offentlig plats (tex. på teater eller i ett möte)	<input type="checkbox"/>
Som passagerare i en bil i en timme utan paus	<input type="checkbox"/>
Lägga sig ner och vila på eftermiddagen när man har möjlighet till det	<input type="checkbox"/>
Sitta och prata med någon	<input type="checkbox"/>
Stillasittande efter en lunch utan alkohol	<input type="checkbox"/>
I en bil som har stannat i trafiken några minuter	<input type="checkbox"/>
Sammanlagt	<input type="checkbox"/>

© Copyright M.W. Johns, 1990. The Epworth Sleepiness Scale återges med tillstånd av Dr. Murray W. Johns.

Om sammanlagd poäng är¹⁰:

Mellan 1 och 10
11 eller mer

Din sömning är normal.

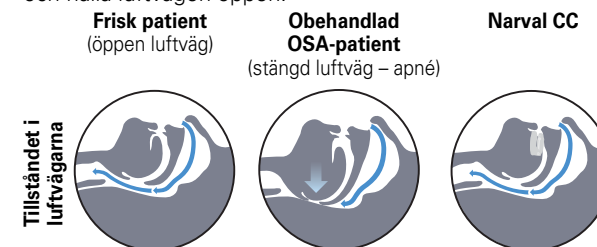
Du är eventuellt sömningare än du borde vara och bör överväga att rådgöra med din läkare.

Vilka behandlingsalternativ finns?

Beroende på dina symptom kan du eventuellt få en remiss till en sömnspecialist som ställer en diagnos och sedan ordinerar lämplig behandling för dig. Bland behandlingsalternativen ingår:

- Livstilsförändringar
- **Antiapnéskena (AAS)**
- Kontinuerligt positivt luftvägstryck (CPAP)
- Kirurgiskt ingrepp

En antiapnéskena (AAS) är en enhet för mandibulär inpassning som är individuellt anpassad för dig och som du använder när du sover. Den håller underkäken i en framåtskjuten position för att öka utrymmet bakom tungan och hålla luftvägen öppen.



Individuellt anpassad AAS har visat sig vara ett komfortabelt¹¹ behandlingsalternativ för snarkning och OSA.

Om du ordinerar en individuellt anpassad AAS kommer den att vara gjord speciellt för dig och sedan tillpassas och justeras av en tandläkare så att den sitter bekvämt.



Du får eventuellt en remiss till att delta i en sömnstudie både innan och efter tillverkningen och tillpassningen av skenan. Detta ska säkerställa att behandlingen är effektiv.