

Dr Declau - Dr Vanden Abeele - Dr Berghmans - Dr Coen - Dr Van Ardenne – Dr Van Der Gucht

Informatiebrochure over snurken: UPPP

Uit de vooronderzoeken is gebleken dat het snurken bij U het gevolg is van overmatig trillen van de huid. Naast de hieronder vermelde heekundige methodes zijn er diverse andere oplossingen om het snurken te verminderen en/of te verhelpen. Soms helpen huis-, tuin- en keukenmiddeltjes, zoals het bevestigen van een tennisbal achterop het pyjamajasje. Soms zijn goede ademhalingsadviezen al voldoende om de klacht te verhelpen. Daarnaast zijn er diverse apparaten op de markt die het snurken kunnen verminderen of verhelpen, zoals de Nozovent en de Snörex.

Er zijn verschillende vormen van snurken. Eén daarvan ontstaat doordat het zachte gehemelte en de huid in trilling komen bij de ademhaling. Bij deze vorm van snurken, bieden onderstaande behandelingen uitkomst.

Snurken kan ook ontstaan doordat tijdens de slaap de tong verslapt. Deze zakt naar achteren en verkleint zo de luchtweg. Hierbij worden het zachte gehemelte en de huid in de richting van het strottenhoofd gezogen. Het strottenhoofd begint te trillen, waardoor het snurkgeluid ontstaat. Voor deze vorm van snurken, bestaan andere oplossingen die wij niet in deze brochure behandelen.

Iemand die veel snurkt heeft soms ook last van slaap-apneusyndroom. Dit houdt in dat er tijdens het slapen een ademstilstand optreedt die 10-tal seconden of langer kan duren. Deze stoornis kan onder andere leiden tot ernstige vermoeidheidsklachten of overdreven slaperigheid overdag.

De behandeling hierna vermeld – de zogenaamde gehemelte behandelingen - zijn bedoeld om de luidruchtigheid en zelfs het optreden van het nachtelijk snurken te verminderen of te verdwijnen. Het type gehemeltebehandeling wordt door de NKO arts samen met u gesteld op basis van klinisch onderzoek, de polysomnografie (slaaponderzoek) en de slaapendoscopie (“snurkscopie”).

Dr Declau - Dr Vanden Abeele - Dr Berghmans - Dr Coen - Dr Van Ardenne – Dr Van Der Gucht

UPPP (uvulo-palato-pharyngo-plastie)

Voor de ingreep

Daar de ingreep gebeurt onder algehele narcose dient men de dag van de ingreep volledig nuchter te zijn (vanaf 0u00). U verblijft meestal een tweetal nachten in het ziekenhuis.

Ingreep

Bij een UPPP wordt een randje van het zachte verhemelte en het grootste deel van de huid verwijderd. Indien er nog amandelen aanwezig zijn worden deze meestal eveneens weggenomen. U krijgt meer ruimte in de keelholte. De wondranden worden gesloten met zelfoplossende hechtingen. Door de operatie wordt de ruimte tussen het zacht verhemelte en de achterwand van de keel ruimer gemaakt. Het resterende deel van het zacht gehemelte wordt bovendien strakker door de vorming van littekenweefsel.

De ingreep gebeurt onder algemene anesthesie en via de mond, er is dus geen uitwendig zichtbaar litteken.

Na de ingreep

De patiënt blijft meestal maar één tot 2 nachten in het ziekenhuis. In geval van geassocieerd slaapapnoesyndroom wordt de eerste nacht voorzien onder monitoring van de ademhaling op de dienst intensieve zorgen. Na de ingreep worden er pijnstillers voorgeschreven om de pijn te verlichten. Tevens is er vaak overvloedige speekselsecretie. De keel is zeer gevoelig en er kan ook uitstralende pijn naar de oren zijn. Een herstelperiode van gemiddeld twee weken dient in acht genomen te worden. Het is belangrijk de eerste dagen veel te drinken (bij voorkeur koude niet koolzuurhoudende dranken). U mag zachte voeding nemen (best afgekoeld). In de loop van de dagen kunt u, afhankelijk van hoe u herstelt het dieet uitbreiden. Na de operatie kan er tijdelijk wat open neusspraak of articulatieverandering optreden (r-klanken), alsook vloeistof die bij snel drinken door de neus komt. In de eerste paar weken na de operatie is er meestal nog geen verschil in snurken merkbaar en kan dit door de zwelling zelfs eventueel tijdelijk verergeren. Dit is normaal. Ook een droog gevoel in de keel is de eerste weken normaal.

Dr Declau - Dr Vanden Abeele - Dr Berghmans - Dr Coen - Dr Van Ardenne – Dr Van Der Gucht

Resultaten en mogelijke complicaties

In 90 tot 95 procent van de gevallen is er een sterke vermindering of verdwijnt het snurken en meestal verbeteren ook de klachten van slaperigheid overdag.

Bij iedere operatie is er sprake van enig risico. De kans op een infectie of een onverwachte nabloeding is gering (2 %). U moet onmiddellijk contact opnemen met de dienst NKO of de dienst spoedgevallen als er helderrood bloed uit de wond blijft komen. Nevenwerkingen op lange termijn zijn zeer zeldzaam: blijvende nasale reflux (vloeistof die bij snel drinken door de neus komt), wijziging in uitspraak van bepaalde klanken (open neusspraak).

Opsomming van de risico's en of complicaties is niet limitatief.

Heeft u nog vragen stel ze dan gerust aan uw NKO-arts. U kunt hiervoor contact opnemen met de dienst NKO:

Sint-Vincentius: 03 283 1500

Sint-Jozef: 03 444 1211

Voor meer informatie kan u terecht op onze website www.neuskeeloren.be.

Dr Declau - Dr Vanden Abeele - Dr Berghmans - Dr Coen - Dr Van Ardenne – Dr Van Der Gucht