

Prof Dr Declau - Dr Berghmans - Dr Coen - Dr Van Ardenne – Dr Van Der Gucht – Dr Verkest

### **Informatiebrochure over snurken: RFIT**

Uit de vooronderzoeken is gebleken dat het snurken bij U het gevolg is van overmatig trillen van de huid. Naast de hieronder vermelde heekkundige 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”).

Prof Dr Declau - Dr Berghmans - Dr Coen - Dr Van Ardenne – Dr Van Der Gucht – Dr Verkest

## **RFIT (Radiofrequente interstitiële thermotherapie)- somnoplastiek**

### **Voor de ingreep**

Deze behandeling gebeurt ambulantly op het operatiekwartier. U meldt zich op de afgesproken tijd en plaats. U hoeft zich niet te ontkleden. Wel raden wij u aan kleding te dragen die gemakkelijk en ruim zit, vooral rond de hals. Patiënten die weten dat ze overgevoelig zijn voor plaatselijke verdovingsmiddelen moeten dit melden, zodat we naar een alternatief kunnen kijken.

### **Ingreep**

Allereerst geven wij met een spray een oppervlakkige verdoving voor het gehemelte en u krijgt een aanvullende verdoving voor een deel van het gehemelte. Vervolgens brengt uw KNO-arts een dun, geïsoleerd naaldje in het zachte gehemelte. Dit gebeurt met een speciaal ontworpen handvat, zodat de naald precies in het midden van de spiermassa van het gehemelte kan worden geschoven.

Door middel van hoogfrequente radiogolven wordt lokaal een temperatuurstijging tot 85° C in het weefsel gecreëerd. De naald wordt op 3 tot 5 plaatsen in het weke verhemelte gestoken. Zo ontstaat diep in het weefsel een gecontroleerde littekenvorming. Door dit littekenweefsel komt het zachte gehemelte strakker te staan en gaat het minder trillen zodat snurken minder makkelijk zal optreden.

Deze behandeling wordt meestal onder plaatselijke verdoving verricht en dient meestal 3 keer te worden uitgevoerd met tussenperiodes van ongeveer 6-tal weken telkens. De totale ingreepduur is max 20 min, de naaldjes worden telkens gedurende 9-tal sec ingebracht.

### **Na de ingreep**

Na de ingreep is de keel ruim een week wat gevoelig. De eerste dagen lijkt het alsof het snurken is toegenomen. Dit is niet verontrustend. Ev. kunnen hiervoor pijnstillers wenselijk zijn zoals paracetamol of Ibuprofen. Lichte keelpijn is de eerste dagen normaal. U moet veel koude vloeistoffen drinken en u mag gewoon eten, als het maar niet te heet en/of te gekruid is. Uw werk kunt u meestal dezelfde dag hervatten. Een controleafspraak of een telefonisch contact wordt vóórdat u naar huis gaat, vastgelegd.

Prof Dr Declau - Dr Berghmans - Dr Coen Dr Van Ardenne – Dr Van Der Gucht – Dr Verkest

### **Resultaten en mogelijke complicaties**

Omdat vrijwel ieder mens in bepaalde situaties weleens snurkt valt een “totale stilte” niet te verwachten. De ervaringen leren wel dat de frequentie en de luidruchtigheid van het snurken in ongeveer 75% van de gevallen zoveel vermindert dat er geen sterke verstoring van de nachtrust van de partner meer optreedt. In zeer zeldzame gevallen kan als complicatie van de ingreep een opening in het zacht verhemelte ontstaan, dat een paar weken pijn kan geven, maar vrijwel steeds vanzelf toegroeit. Mocht dit niet het geval zijn, dan kan het door een kleine operatie worden gesloten.

*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](http://www.neuskeeloren.be) .

Prof Dr Declau - Dr Berghmans - Dr Coen Dr Van Ardenne – Dr Van Der Gucht - Dr Verkest