

Slaapapneu

Wat is slaapapneu?

Slaapapneu is een aandoening waarbij de ademhaling tijdens de slaap regelmatig hapert of zelfs even stopt. Een hapering of ademstop noemen we een apneu. Heeft u meer dan vijf apneus per uur en duren de apneus minimaal tien seconden? Dan is er sprake van slaapapneu. Er zijn verschillende redenen waarom de adem stukt en daarom zijn er ook verschillende soorten slaapapneu. Maar de klachten zijn hetzelfde en de gezondheidsrisico's ook.

Obstructief Slaapapneu (OSA of OSAS)

Bij Obstructief Slaap Apneu worden de luchtwegen tijdelijk geblokkeerd door de tong, de amandelen, het zachte gehemelte of het strottenklepje. Omdat er geen adem gehaald kan worden gaat een alarmsignaal naar de hersenen. De hersenen worden door dit signaal alert gemaakt, zodat de luchtwegen gedeblokkeerd worden. De ademhaling komt weer op gang en de hersenen komen weer tot rust. Degene die slaapt heeft dit niet door, maar als de hersenen meerdere malen per nacht een alarmsignaal krijgen, zorgt dit wel degelijk voor een sterk verstoorde slaap.

Wat zijn de symptomen van slaapapneu?

- Luid snurken, gevolgd door een ademstop. Soms snakken naar adem voordat de normale ademhaling weer begint
- Onrustige slaap met rusteloze benen
- Vermoeid wakker worden
- Hoofdpijn in de ochtend
- Weinig energie
- Vermoeidheid en/of slaperigheid overdag
- Stemningswisselingen en slecht humeur
- Concentratiestoornissen en geheugenproblemen
- Vergeetachtigheid
- Hoge bloeddruk
- Hartkloppingen
- Depressie, angstig zijn

- Minder zin in seks of impotentie
- Droge mond en/of pijnlijke keel
- Vaak moeten plassen tijdens de nacht
- Nachtelijk zweten
- Spierpijn
- Angstige dromen
- Andere onverklaarbare lichamelijke klachten

Meer informatie kunt u vinden op:

- [Alles over slaapapneu · Apneuvereniging.nl](https://apneuvereniging.nl/)(https://apneuvereniging.nl/)
- [Startpagina - SomnoMed - Nederland \(apneupagina.nl\)](https://www.apneupagina.nl/)(https://www.apneupagina.nl/)

Meer lezen over bijzondere tandheelkunde in Amphia?

[Ga naar afdeling Centrum Bijzondere Tandheelkunde](https://www.amphia.nl/afdelingen/centrum-bijzondere-tandheelkunde) (<https://www.amphia.nl/afdelingen/centrum-bijzondere-tandheelkunde>)