

Apné Sverige



Ett helt nytt liv.

Så beskriver många apnoiker sin vardag efter att de fått rätt behandling. Från ständig trötthet till ny energi och livskvalitet.

Vill du veta mer?



Misstänker du att du har sömnapné?

Att plötsligt, mitt i natten vakna upp med hjärklappning och sedan vara lite grinig, trött och okoncentrerad hela dagen kan vara tecken på sömnapné, vilket klassas som en folksjukdom. Ofta märker man inte själv vad som händer under natten — man minns sällan sina uppvaknanden eller andningsuppehåll. Därför är det ofta en närstående som reagerar på höga snarkljud och pauser i andningen.

För dig som bor ensam kan andra signaler synas: muntorrhet, svettningar, återkommande toalettbesök eller känslan av att aldrig riktigt vara utsövd.

Om du känner igen dig är nästa steg att kontakta din vårdcentral och be om en sömnutredning. En diagnos är nyckeln till att få rätt behandling — och till att må bättre.

Obehandlad sömnapné är mer än trötthet. Det ökar risken för högt blodtryck, hjärt-kärlsjukdomar, stroke, diabetes och depression. Men med rätt hjälp går det att vända utvecklingen.

Testa din risk – Sömnapné-quiz

Behandling och vägen framåt

Se vår film!



Det finns flera sätt att behandla sömnapné. Livsstilsförändringar kan lindra besvären, men många behöver också medicinsk hjälp.

En vanlig lösning är apnébetskenan – en individanpassad tandskena som håller luftvägarna öppna under natten.

En annan effektiv behandling är PAP-maskinen, som hjälper dig att andas lugnt och stabilt genom hela sömnen. Kostnaderna för behandling varierar mellan regionerna. Apné Sverige jobbar för att få en snabb och likvärdig behandling och att alla hjälpmedel som ingår i behandlingen ska vara

gratis eller omfattas av ett högkostnadsskydd. Som medlem får du tillgång till våra medlemsdagar där du möter andra i samma situation, ta del av det senaste inom hjälpmedel, lyssna på föreläsningar och ta del av erfarenheter, tips och stöd. Du får också vår tidning Drömläget, som håller dig uppdaterad om forskning och nyheter.

Har du frågor?

Besök Apnéakuten på apnesverige.se



Apné Sverige

Få stöd längs vägen

Apné Sverige arbetar för att alla apnoiker ska få likvärdig vård och bättre behandling i hela landet. Vi finns för att stötta, informera och driva utvecklingen framåt. Alla vi som arbetar med Apné Sverige har själva sömnapné.

Bli medlem

Sök medlemskap via vår hemsida. Det kostar endast 250 kr/år och själva ansökan görs på Riksförbundet HjärtLungs hemsida.

Klicka här för att bli medlem.
<https://apnesverige.se/bli-medlem/>

Du hittar oss också på Facebook där vi delar nyheter, råd och information.

Vi finns här för dig – och för alla som vill ta steget mot ett liv med bättre sömn och mer energi.

Vi andas sjukvård

Med en passion för andningsmedicin
och en vilja att göra skillnad.

NY CPAP FRÅN TYSKA LÖWENSTEIN

Prisma SMART har inbyggt modem och kan även kopplas samman med APP.

SÄLJES AV SAKTABUTIKEN I STOCKHOLM
OCH PÅ WWW.HELPFORYOU.SE
WWW.NOWUSHEALTHCARE.COM



nowus ★ healthcare