

## Patienthistorie Eilif Olsen

I flere år fortalte jeg min læge, at jeg følte mig unaturlig træt og uoplagt. Hans svar var hver gang, at det nok var aldersbetinget.

Jeg vågnede ofte om morgenen med hovedpine og jeg svedte utroligt meget om natten, men jeg snorkede ikke.

Mit held det var, at jeg en dag sad i et venteværelse på sygehuset, hvor der var et TV, der kørte med korte nyheder samt indslag fra region Syd. I et af disse indslag var der opremset en række symptomer på søvnapnø og en opfordring til at søge læge, hvis man kunne nikke genkendende til nogle af disse.

Næste dag stillede jeg hos min læge, der fluks henviste mig til søvnapnøklinikken i Fredericia.

Her fik jeg så udleveret det apparatur, man skal sove med en nat, så det kan registrere, hvordan man sover og hvor mange apnøer, der forekommer.

Resultatet var, at jeg havde 15 apnøer i timen den nat og det var lige nøjagtig nok til at komme i behandling med CPAP.

Det var en udfordring, men også en positiv oplevelse. Antallet af apnøer faldt til et niveau, hvor man på klinikken erklærede, at jeg var velbehandlet. Jeg var imidlertid ikke helt enig, så jeg prøvede forskellige masker over længere perioder og endte op med den type, der dækker både munden og næsen.

Jeg havde også en god lang snak med Ellinor og besluttede så, at jeg ville prøve en mundskinne. Den første var en man kunne købe på nettet. Noget gummistas man selv skulle tilpasse, men den kom aldrig til at virke for mig (men jeg fik pengene tilbage). Siden fik jeg lavet en af en tandlæge og det var en stor lettelse at bruge den frem for CPAP. Nu blev fru'en ikke længere blæst ud af sengen. Men helt godt var det nu ikke. Så jeg gik tilbage til CPAPen og brugte kun skinnen, når jeg overnattede ude.

Efter 3 år blev jeg af praktiske grunde "overført" til søvnapnøklinikken i Svendborg og her foreslog de, at jeg benyttede både CPAP og skinnen. Det virkede, således at antallet af apnøer nu er 0,0 og jeg har det super fint.

Jeg skulle måske lige tilføje, at jeg har både obstruktive og centrale søvnapnøer.