

Patienthistorie: Inger Rigstrup

For 1 1/2 måned siden hentede jeg min snorkeskinne hos en tandlæge i Ikast. Ellinor, formanden for apnøforeningen, havde givet mig navnene på nogle tandlæger i mit område.

De to første aftener var det en underlig fornemmelse at have skinnen i munden, og et par morgener har jeg været lidt øm i nogle tænder. Nu mærker jeg den ikke, og tager den bare ud, når jeg vågner om morgenen.

Jeg gav 3500 kr for skinnen, og min tandlæge siger, at ved god rengøring og en ugentlig afkalkning kan den holde i mange år.

Efter at have sovet med skinnen i 3 uger, fik jeg måleudstyret på for at se, om den afhjælper mine apnøer. Målingen viste, at jeg er velbehandlet!!!!

I 2008 fik jeg en snorkeoperation, som hjalp lidt på min snorken, men ikke på mine apnøer. Jeg blev derfor udstyret med et CPAP-apparat. Det var en lille næsepude, der skulle holdes på plads med elastikstropper. For ikke at gabe og dermed lukke falsk luft ind fik jeg et bredt elastik om hage og hoved. Jojo, udstyret var i orden!

Men dette blev for mig en blandet fornøjelse. Jeg vågnede flere gange om natten, når jeg havde en apnø. Så lukkede apparatet luft ud, så jeg fik tørre øjne - for ikke at tale om min mand, der lå i slipstrømmen.

På trods af alle ulemperne vænnede jeg mig til, at sådan måtte det være. Jeg havde jo intet valg. Som årene gik, fik jeg hyppige forkølelser med efterfølgende pandehule- eller kæbehulebetændelser. Næsen løb i to dage, når der var nyslået græs eller højt pollental. I marts 2014 kulminerede det med 40 i feber i 2 uger. Jeg var rigtig syg.

Mine slimhinder var blevet så totalt tyndslidte, at jeg valgte at pakke maskinen ned og se tiden an.

Siden denne sygeepisode for 1 1/2 år siden har jeg ikke haft en eneste forkølelse eller løbenæse på nogen måde. I foråret kontaktede jeg apnøafdelingen i Holstebro og fik en samtale med en læge. Hun gav sig tid til at sætte sig ind i min situation. Jeg fik en ny apnømåling, som viste, at apnøerne stadig var der med 29 pr. time (= middelsvær apnø). Efter denne udredning og en snak om andre muligheder, som jeg selv foreslog, fik jeg kontaktet 'Din tandlæge' i Ikast.

CPAP-apparatet er nu afleveret, og for første gang i 10 år sover jeg 5-8 timer om natten uden at vågne.

Jeg har netop fået foretaget en kontrolregistrering, og mit apnøtal er nu, når jeg sover med tandskinne, nede på 4. AHI.