

# MRA-behandeling



**AZ Voorkempen**

algemeen ziekenhuis  
emmaüs



# Inhoud

1. Algemene info.....	4
2. Het MRA-traject.....	6
3. Persoonlijke notities.....	14

# 1. Algemene info

## Wat is MRA?

Jouw NKO-arts of pneumoloog-slaaparts stelden bij je de indicatie voor een MRA in kader van slaapapnee of sociaal storend snurken.

Een MRA is een mondbeugel die tijdens de slaap de onderkaak naar voren houdt. Vandaar MRA: **M**andibulair **R**epositie **A**pparaat. Het MRA helpt het zachte gehemelte, de keelholte en de tong te stabiliseren zodat ze niet gaan trillen (snurken) en/of de luchtweg belemmeren (apnea of apnee).

Een op maat gemaakt MRA dat nauw aanpast op de tanden, in combinatie met een goede indicatiestelling en opvolging, is een absolute voorwaarde voor een succesvolle MRA-behandeling. Deze behandeling kan dan ook alleen door een gespecialiseerd MRA-specialist worden uitgevoerd in nauw overleg met de andere behandelende artsen van het multidisciplinaire team. Ons ziekenhuis biedt deze behandeling aan vanuit het multidisciplinair slaapteam.

## Multidisciplinair slaapteam

### Diagnosticerend pneumoloog/slaaparts



#### Dr. Lies Van Ransbeeck

Raadpleging op

- dinsdagnamiddag (om de twee weken);
- woensdagvoormiddag;
- donderdagnamiddag;
- vrijdagnamiddag (om de twee weken).



#### Dr. Halil Sirimsi

Raadpleging op

- maandagvoormiddag;
- dinsdagnamiddag;
- vrijdagvoormiddag.

Je kan bij bovenstaande artsen een afspraak maken in AZ Voorkepen via het centraal afsprakennummer 03 380 20 30.

## NKO-specialist



### **Dr. Ann Vermeiren**

Raadpleging op

- donderdagnamiddag.

Privé-consultatie: tel. 03 314 98 77



### **Dr. Liesbeth Salembier**

Raadpleging op

- maandagnamiddag;
- dinsdagvoormiddag;
- woensdag voor- en namiddag.

Privé-consultatie: tel. 03 236 03 55

Je kan bij bovenstaande artsen een afspraak maken in AZ Voorkempen via het centraal afsprakennummer 03 380 20 30.

## Tandheelkunde (MRA-specialist)



### **Prof. dr. Marc Braem**

Raadpleging op

- iedere 3e maandag/dinsdag van de maand na afspraak.

Je kan bij bovenstaande MRA-specialist een afspraak maken in AZ Voorkempen via het centraal afsprakennummer 03 380 20 30.

## Kom je in aanmerking voor terugbetaling?

Het MRA wordt enkel vergoed door jouw ziekenfonds en dit rechtstreeks aan het behandelend centrum indien wordt voldaan aan strikte RIZIV-voorwaarden:

- De diagnose moet worden gesteld op basis van een recente slaaptest of polysomnografie.
- De ernst of graad van het slaapapnee moet matig tot ernstig zijn, wat betekent dat een obstructieve apnee-hypopnee index (OHAI) van meer dan 15/uur aanwezig dient te zijn.

Of je al dan niet in aanmerking komt voor terugbetaling, het behandeltraject om het MRA te laten aanmeten blijft hetzelfde. Er werd namelijk een goed en gevalideerd klinisch pad uitgetekend om je een kwaliteitsvolle behandeling aan te bieden. Je dient dit traject volledig te volgen om de kans tot slagen van de MRA-behandeling zo groot mogelijk te maken. Je zal gedurende dit traject door de drie verschillende disciplines van het multidisciplinair centrum worden behandeld, opgevolgd en geëvalueerd.

## 2. Het MRA-traject

Voorafgaand aan het MRA-traject binnen AZ Voorkepen dien je bij de eigen huistandarts je gebit te laten controleren, inclusief een recente röntgenopname type OPG (orthopantomogram) en een "DPSI-score" te laten opstellen. Deze geeft de gezondheidsgraad van de tanden weer zodat de geschiktheid van jouw tanden om het MRA te dragen zo goed mogelijk kan worden beoordeeld.

Dit moet in orde zijn vooraleer je op consultatie komt bij de MRA-specialist. Pas dan kan er worden nagegaan of een MRA voor jou een mogelijke behandeling is.

Denk echter niet te snel dat een MRA-behandeling niet kan. Vaak zijn er technische oplossingen voorhanden die een behandeling met MRA toch mogelijk maken, ook indien je geen eigen tanden meer hebt.

Indien jouw eigen huistandarts niet over de apparatuur beschikt om een RX OPG te maken, dan kan je dit mits voorschrift van jouw verwijzende arts of van jouw tandarts laten uitvoeren op de dienst MKA/stomatologie van ons ziekenhuis. Een afspraak kan je hiervoor maken via het centraal afsprakennummer 03 380 20 30. Wel dien je vooraf na te gaan of er zeker geen RX OPG werd gemaakt gedurende de afgelopen 2 jaar. Er is slechts één keer terugbetaling van deze prestatie mogelijk per 2 jaar! Indien toch zou blijken dat je al genoot van terugbetaling in de afgelopen 2 jaar, zal je het onderzoek zelf moeten bekostigen.

De terugbetaling van het MRA is afhankelijk van de ernst van jouw aandoening. Die wordt met een getal of index uitgedrukt, de "OAHl" of obstructieve apnea-hypopnea index. Indien de OAHl groter of gelijk is aan 15 events per uur slaap zal jouw ziekenfonds via een regeling, de "conventie", de kosten van het MRA en de noodzakelijke aanpassingen / herstellingen als gevolg van het normale gebruik van het MRA, vergoeden aan het OSAS-centrum. Wanneer de OAHl kleiner is dan 15 events per uur slaap, dien je zelf in te staan voor de kosten van het MRA en het gebruik ervan.

De MRA-specialist zal je dit alles volledig, uitgebreid en vrijblijvend toelichten zodat je een weloverwogen beslissing kan nemen

### **Mijn afspraak bij de huistandarts**

(oppuntstelling gebit – DPSI-score – RX OPG)

Naam tandarts .....

Datum en uur van de afspraak: .....

..

Eens de oppuntstelling bij de eigen tandarts is gebeurd, kan het MRA-traject binnen ons slaapcentrum van start gaan. Het voorgestelde traject bestaat uit verschillende fasen, die we hier voor je toelichten. Je kan alle data van de afspraken in dit boekje noteren, zodat je een goed overzicht behoudt waar je zich in het traject bevindt.

## **Fase "intake MRA": voorbereidende fase**

De gespecialiseerde tandarts/MRA-specialist van ons multidisciplinair slaapteam, prof. dr. Marc Braem, ziet je voor een eerste keer om het gebit na te kijken en met je alle praktische zaken omtrent het aanmeten van een MRA te bespreken.

Hij zal nagaan of de bewegingen van de onderkaak voldoende soepel verlopen en of de tanden, al dan niet met prothese(s), voldoende verzorgd zijn en bijvoorbeeld alle tandsteen werd verwijderd.

Indien je nog niet werd onderzocht door een NKO-arts verbonden aan ons multidisciplinair slaapteam, kan dit eveneens tijdens deze consultatie gebeuren als het wordt ingeboekt op een maandagnamiddag. Je kan aansluitend op de consultatie van prof. dr. Braem worden gezien door dr. Salembier (NKO-arts) om je te evalueren waarbij zij advies zal geven aan prof. dr. Braem omtrent de indicatiestelling voor MRA.

### **Mijn fase "intake MRA"**

Afspraak prof. dr. Braem/NKO - AZ Voorkempen, raadplegingen

Datum en uur van de afspraak: .....

## **Fase "simulatiebeet": voorbereidende fase**

Na het onderzoek door de NKO-arts zal de MRA-specialist een proefstukje vervaardigen, ook wel de "simulatiebeet" genoemd. De NKO-arts zal tijdens een vooronderzoek, zie de volgende fase, hiermee nagaan of je een goede kandidaat bent voor het MRA. Dit gebeurt tijdens de zogeheten slaapendoscopie, ook afgekort als "DISE", met de simulatiebeet, om het effect van een MRA na te bootsen tijdens een roes van nagebootste slaap.

Het vervaardigen van deze simulatiebeet gebeurt meestal tijdens een voorafgaandelijke consultatie, of onmiddellijk voorafgaandelijk aan het vooronderzoek zelf. Voor de simulatiebeet wordt 89 euro als honorarium gevraagd. Voor dit bedrag is geen terugbetaling voorzien.



### **Mijn fase "simulatiebeet"**

Afspraak simulatiebeet prof. dr. Braem - AZ Voorkepen, raadplegingen

Datum en uur van de afspraak tandheelkunde:.....

### **Fase "DISE met simulatiebeet": vooronderzoek**

Om het effect van het MRA te kunnen simuleren tijdens de slaap, zal onder leiding van de NKO-arts een onderzoek plaatsvinden met een simulatiebeet. De simulatiebeet bootst de voorwaartse verplaatsing na van de onderkaak, waarbij de NKO-arts het effect hiervan op het zachte gehemelte, de tong en het tongklepje zal onderzoeken.

Tijdens dit onderzoek verkeer je in een nagebootste slaap. Daarom vindt dit onderzoek plaats in dagopname.

De simulatiebeet helpt de NKO-arts ook om na te gaan welke andere behandeling dan de MRA-behandeling voor je nuttiger zou kunnen zijn. Je verneemt op de dag zelf van de NKO-arts het resultaat van het onderzoek.

### **Mijn fase "DISE met simulatiebeet"**

Afspraak slaapendoscopie met simulatiebeet via dagziekenhuis - AZ Voorkepen, daghospitaal chirurgie

Datum en uur van de afspraak: .....

### **Fase "afdruk MRA": vervaardiging**

Wanneer de bevindingen van de DISE met simulatiebeet gunstig zijn en wijzen in de richting van een MRA-behandeling, zal een afspraak worden gemaakt bij de MRA-specialist die dan precisie-afdrukken zal maken van de tandenbogen. Deze afdrukken, samen met de metingen van de simulatiebeet, worden dan naar een gespecialiseerd tandtechnisch laboratorium verzonden dat het MRA maakt. Dit vraagt enkele weken tijd.

## **Mijn fase “afdruk MRA”**

Afspraak “afdruk MRA” bij prof. dr. Braem - AZ Voorkempen, raadplegingen

Datum en uur van de afspraak tandheelkunde: .....

## **Fase “plaatsing MRA”: start MRA-behandeling**

Het aanpassen en plaatsen van het MRA gebeurt door prof. dr. Marc Braem op de consultatie. Op dat ogenblik krijg je ook de nodige instructies voor de eventuele bijkomende aanpassing van het MRA om het effect te optimaliseren, wat men “titratie” noemt. Bij de plaatsing is het MRA al ingesteld op een positie waarvan de MRA-specialist verwacht dat er effect op het snurken merkbaar zal zijn. Is dit effect er nog niet, of niet genoeg, dan word je aangeleerd hoe je zelf het MRA kan bijstellen. Tevens krijg je informatie over het noodzakelijke onderhoud van het MRA.

Indien je recht hebt op tussenkomst van het ziekenfonds zal een aansluitende consultatie volgen bij de pneumoloog-slaaparts dr. Halil Sirimsi, om het dossier voor terugbetaling correct en volledig te aan te maken. Deze twee aaneensluitende consulten worden op dezelfde maandagvoormiddag voorzien. Je krijgt op dit moment ook een opvolgafspraak mee bij prof. dr. Braem op de consultatie tandheelkunde (zie **Mijn fase “opvolging MRA”**), om de titratie van jouw MRA-beugel op te volgen. Wanneer alle symptomen er op wijzen dat het MRA goed is getitreerd, dient er een controle polygrafie (zie verder) te worden ingepland. Dit is verplicht wanneer je recht hebt op tussenkomst voor jouw MRA, maar wordt algemeen aangeraden om de effectiviteit van het MRA te kunnen beoordelen.

De eerste nachten moet je wat aan het MRA wennen: er kan een verhoogde speekselvloed ontstaan, de spieren – kaakgewrichten – tanden kunnen wat overgevoelig zijn 's morgens na het uitnemen van het MRA, en de bewegingen van de onderkaak kunnen wat stroef aanvoelen. Deze neveneffecten verdwijnen meestal vrij snel, zeker wanneer je enkele eenvoudige oefeningetjes uitvoert die je worden aangeleerd bij de plaatsing van het MRA. Gedurende de eerste weken na plaatsing tracht je dan ook het MRA zo optimaal mogelijk af te stellen zonder hierin te overdrijven of met continue pijn te blijven rondlopen.

### **Mijn fase “plaatsing MRA”**

Afspraak prof. dr. Braem en afspraak bij slaaparts-pneumoloog indien tussenkomst voor het MRA - AZ Voorkepen, raadplegingen

Datum en uur van de afspraak tandheelkunde: .....

Datum en uur van de afspraak slaaparts:.....

### **Fase “opvolging MRA”: controle titratie**

Tijdens een opvolgconsultatie bij prof. dr. Braem wordt jouw behandeling geherevalueerd. Men bekijkt of het MRA goed past, hoe goed je het MRA verdraagt en wat het klinisch effect ervan reeds is. Zo nodig gebeuren de nodige technische aanpassingen en volgen instructies tot bijkomende titratie.

De MRA-specialist zal deze positie van het MRA samen met je controleren en het verdere verloop van de behandeling met je bespreken, zo nodig na een bijkomende opvolgingsconsultatie. Zo worden eventuele neveneffecten zoals, meestal kleine, beetveranderingen, tijdig opgemerkt. Wanneer de huistandarts een vulling plaatst kan een aanpassing aan het MRA nodig zijn. Dit kan de huistandarts zelf uitvoeren, of indien je dit verkiest, jouw MRA-specialist die het MRA heeft geplaatst.

Wanneer de MRA-specialist vaststelt dat het MRA goed is afgesteld, dient de slaaparts aan de hand van een polygrafie tijdens een opname in het ziekenhuis, na te gaan of het effect van het MRA voldoende effectief is. Hiervoor word je één nacht gehospitaliseerd op de afdeling hart-longziekten en dien je te slapen met een polygraaf, dit is een toestel dat jouw ademhaling, hartritme en zuurstof-saturatie opmeet en registreert terwijl je slaapt met het MRA in de mond.

Je wordt gebeld voor een nieuwe opvolgafspraak bij prof. dr. Braem indien het resultaat van de polygrafie zou aantonen dat er onvoldoende controle van het slaapapnee wordt bekomen met de huidige afstelling van jouw MRA.

### **Mijn fase "opvolging MRA"**

- Afspraak prof. dr. Braem - AZ Voorkempen, raadplegingen

Datum en uur van de afspraak tandheeskunde:.....

- Afspraak opname voor polygrafie - AZ Voorkempen, één nacht opname op de afdeling hart- en longziekten

Datum en uur van de afspraak: .....

- Bijkomende afspraak consultatie tandheeskunde indien polygrafie onvoldoende effectiviteit toont (deze afspraak is optioneel, indien dit nodig zou zijn, word je gecontacteerd) - AZ Voorkempen, raadplegingen

Datum en uur van de afspraak tandheeskunde:.....

### **Fase "controle MRA": follow-up na 5 maanden**

Binnen de eerste 5 maanden na plaatsing word je terug op controle bij prof. dr. Braem verwacht. Tijdens deze consultatie wordt jouw MRA gecontroleerd, jouw therapietrouw beoordeeld aan de hand van vragenlijsten en het klinisch effect van het MRA geëvalueerd. Zo nodig gebeuren er bijstellingen.

Wanneer je recht hebt op tussenkomst van het ziekenfonds worden op dit ogenblik eveneens jouw documenten nodig voor jouw tussenkomst opgesteld bij de pneumoloog-slaaparts dr. Halil Sirimsi voor een eerste aanvraag tot verlenging van tussenkomst. Op dit ogenblik wordt ook de verdere follow up met je doorgenomen en gepland.

### **Mijn fase "controle MRA"**

Afspraak prof. dr. Braem en afspraak bij slaaparts-pneumoloog indien tussenkomst voor het MRA - AZ Voorkempen, raadplegingen

Datum en uur van de afspraak tandheeskunde: .....

Datum en uur van de afspraak slaaparts:.....

## Fase "jaarcontrole MRA": verdere follow-up

Een goede opvolging an de MRA-behandeling vraagt dat je jaarlijks op raadpleging komt voor nazicht van het MRA en, indien je recht hebt op tussenkomst, om de verlenging van deze tussenkomst te vrijwaren gedurende 5 jaar. In principe kan na 5 jaar de beugel worden vervangen indien de MRA-specialist dit nodig acht, met behoud van jouw tussenkomst indien van toepassing, op voorwaarde dat je stipt de controle afspraken nakomt.

### Mijn fase "jaarcontrole MRA"

- Eerste jaar

Afspraak prof. dr. Braem en afspraak slaaparts-pneumoloog indien tussenkomst voor het MRA - AZ Voorkepen, raadplegingen

Datum en uur van de afspraak tandheelkunde:.....

Datum en uur van de afspraak slaaparts: .....

- Tweede jaar

Afspraak prof. dr. Braem en afspraak slaaparts-pneumoloog indien tussenkomst voor het MRA - AZ Voorkepen, raadplegingen

Datum en uur van de afspraak tandheelkunde:.....

Datum en uur van de afspraak slaaparts: .....

- Derde jaar

Afspraak prof. dr. Braem en afspraak slaaparts-pneumoloog indien tussenkomst voor het MRA - AZ Voorkepen, raadplegingen

Datum en uur van de afspraak tandheelkunde:.....

Datum en uur van de afspraak slaaparts: .....

• Vierde jaar

Afspraak prof. dr. Braem en afspraak slaaparts-pneumoloog indien tussenkomst voor het MRA - AZ Voorkepen, raadplegingen

Datum en uur van de afspraak tandheelkunde:.....

Datum en uur van de afspraak slaaparts: .....

### 3. Persoonlijke notities

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....



