

MRA-behandeling



AZ Voorkempen

algemeen ziekenhuis
emmaüs

Inhoud

1. Algemene info.....	4
2. Het MRA-traject.....	5
3. Persoonlijke notities.....	13

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 (hoofd slaapconventie)
- dr. Ümit Karaca (*vanaf september 2024*)
- dr. Hanneke Kwakkel-van Erp
- dr. Halil Sirimsi
- dr. Stuart Wills

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

NKO-specialist

- dr. Liesbeth Salembier

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

Mond-, kaak- en aangezichtschirurg en MRA-specialist

- dr. Ellen Collier

Je kan bij de MRA-specialist in AZ Voorkempen een afspraak maken 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 (OHA1) 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 Voorkempen 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 laten uitvoeren bij de MRA-specialist. 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 MKA-arts en MRA-specialist van ons multidisciplinair slaapteam, dr. Ellen Collier, 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.

Zij 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 dr. Collier worden gezien door dr. Salembier (NKO-arts) om je te evalueren waarbij zij advies zal geven aan dr. Collier omtrent de indicatiestelling voor MRA.

Mijn fase "intake MRA"

Afspraak dr. Collier/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 geen terugbetaling voorzien.

Mijn fase "simulatiebeet"

Afspraak simulatiebeet dr. Collier - AZ Voorkepen, raadplegingen

Datum en uur van de afspraak MRA/MKA:.....

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. Soms worden deze afdrukken reeds vervaardigd tijdens het maken van een simulatiebeet om zo tijd te winnen en sneller te kunnen starten met de behandeling. 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 dr. Collier - AZ Voorkempen, raadplegingen

Datum en uur van de afspraak MRA/MKA:

Fase “plaatsing MRA”: start MRA-behandeling

Het aanpassen en plaatsen van het MRA gebeurt door dr. Ellen Collier 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.

Je krijgt op dit moment ook een opvolgafspraak mee bij dr. Collier op de consultatie MKA (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.

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 neven-effecten 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 dr. Collier en afspraak bij slaaparts-pneumoloog indien tussenkomst voor het MRA - AZ Voorkempen, raadplegingen

Datum en uur van de afspraak MRA/MKA:

Fase “opvolging MRA”: controle titratie

Tijdens een opvolgconsultatie bij dr. Collier wordt jouw behandeling geherevalueerd, hoe goed je het MRA verdraagt en wat het klinisch effect ervan reeds is. Een eerste maal gebeurt dit telefonisch. Indien er problemen zijn, zal de specialist jou aanraden om naar het ziekenhuis te komen. Zo nodig gebeuren de nodige technische aanpassingen en volgen instructies tot bijkomende titratie.

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. Idealiter wordt de vulling aangepast aan het MRA in plaats van omgekeerd.

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 dien je één nacht te slapen met een polygraaf, die je komt ophalen op de dienst hart- en longziekten. Een polygraaf is een toestel dat jouw ademhaling, hartritme en zuurstof-saturatie opmeet en registreert terwijl je slaapt met het MRA in de mond. Dit resultaat wordt besproken een nieuwe opvolgafspraak bij dr. Collier. Op deze afspraak wordt eveneens de follow-up na vier maanden uitgevoerd (cfr. volgende pagina).

Mijn fase “opvolging MRA”

- Afspraak dr. Collier - AZ Voorkempen, raadplegingen

Datum en uur van de afspraak MRA/MKA:

- Afspraak voor home-polygrafie - AZ Voorkempen, afhalen op afdeling hart- en longziekten

Datum en uur van de afspraak:

Fase “controle MRA”: follow-up na 4 maanden

Binnen de eerste vier maanden na plaatsing word je terug op controle bij dr. Collier 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 in orde gebracht. Op dit ogenblik wordt ook de verdere follow up met je doorgenomen en gepland.

Mijn fase “controle MRA/bespreking polygrafie”

Afspraak dr. Collier - AZ Voorkempen, raadplegingen

Datum en uur van de afspraak MRA/MKA:

Fase "jaarcontrole MRA": verdere follow-up

Een goede opvolging aan 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 dr. Collier indien tussenkomst voor het MRA - AZ Voorkempen, raadplegingen

Datum en uur van de afspraak MRA/MKA:.....

- Tweede jaar

Afspraak dr. Collier indien tussenkomst voor het MRA - AZ Voorkempen, raadplegingen

Datum en uur van de afspraak MRA/MKA:.....

- Derde jaar

Afspraak dr. Collier indien tussenkomst voor het MRA - AZ Voorkempen, raadplegingen

Datum en uur van de afspraak MRA/MKA:.....

- Vierde jaar

Afspraak dr. Collier indien tussenkomst voor het MRA - AZ Voorkempen, raadplegingen

Datum en uur van de afspraak MRA/MKA:.....

A series of 35 horizontal dotted lines spaced evenly down the page, serving as a template for handwriting practice.

