

Routebeschrijving Symphony Gezondheidscentrum

De kliniek voor orale snurk- en apneubehandeling maakt deel uit van de Symphony Gezondheidsdiensten. U vindt Symphony aan de westzijde van stadion Galgenwaard tegenover het BP benzinstation. Via de ingang bij Fitness First komt u in een trappenhuis. U kunt de lift of de trap nemen naar de tweede verdieping. Via de deur links loopt u binnen bij het Symphony Gezondheidscentrum.

Openbaar vervoer:

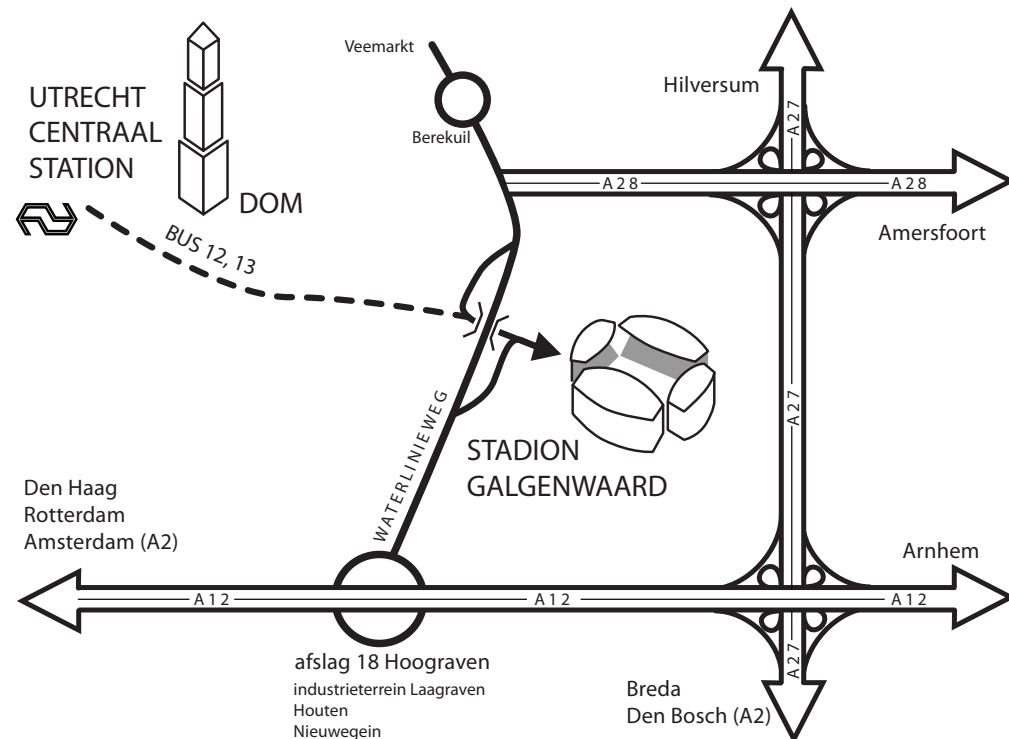
Vanaf Utrecht CS is Stadion Galgenwaard te bereiken met buslijn 12, 12s (richting UMC / Uithof) en 13 (richting stadion Galgenwaard). Deze stoppen voor de deur, halte Stadion Galgenwaard.

Eigen vervoer:

Stadion Galgenwaard heeft een eigen afslag vanaf de Waterlinieweg. Vanaf het noorden is de Waterlinieweg te bereiken via de A28. Vanaf het zuiden is de Waterlinieweg te bereiken via de A12. (zie onderstaand schema)

Parkeren:

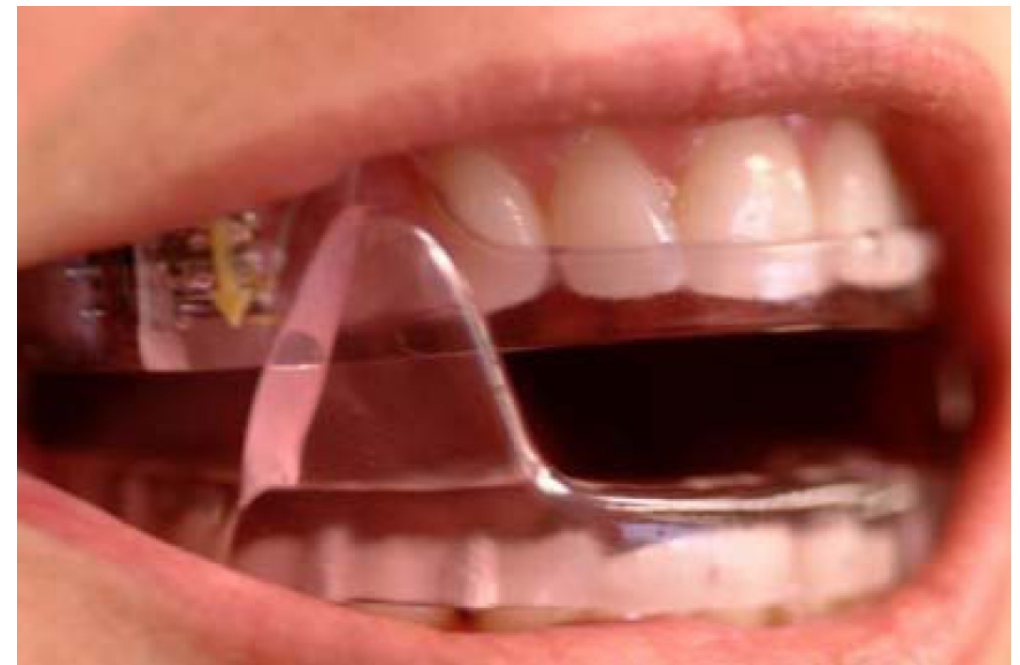
U kunt maximaal anderhalf uur parkeren voor Symphony Gezondheidscentrum, tegenover het BP Benzinstation. Nadat u zich gemeld heeft bij de slagboom door op de **groene Symphony-knop** te drukken, rijdt u het parkeerterrein op en parkeert u de auto voor de deur van Symphony. Wanneer u langer dan anderhalf uur parkeert kunt u betaald parkeren in de parkeergarage van Q park. De ingang van de parkeergarage is rechts van de ingang van Symphony. Wanneer u uit de parkeergarage loopt, vindt u Symphony tegenover het BP Benzinstation in het stadion.



Kliniek voor orale snurk- en apneubehandeling

De orale behandeling van snurk- en apneuproblemen

Symphony Gezondheidscentrum Galgenwaard
L.P.D. Hol (tandarts)
Herculesplein 379
3584 AA Utrecht
030-8809010
www.zorgingalgenwaard.nl
www.snurknietmeer.nl
www.apneupagina.nl



Kliniek voor orale snurk- en apneubehandeling

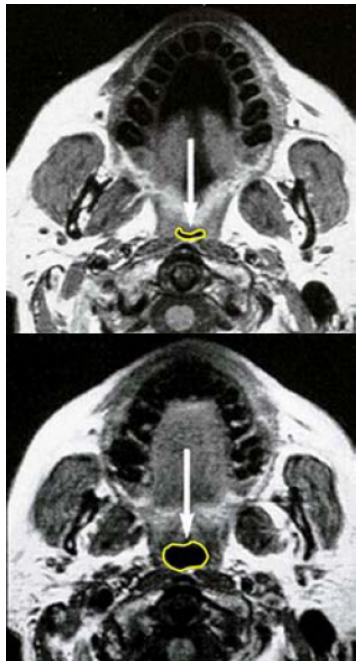
De orale behandeling van snurk- en apneuproblemen

Snurken en slaapapneu

Regelmatig hebben mensen last van een hoge bloeddruk, aderverkalking, hoofdpijn, futloosheid, depressie of andere klachten zonder te weten dat hun snurkgedrag hiervan de oorzaak zou kunnen zijn. Mensen die snurken, kunnen namelijk lijden aan slaapapneu (OSAS) zonder dat te beseffen.

Het vibreren van zacht weefsel in de luchtwegen veroorzaakt het snurkgeluid bij het snurken. Een zeer ernstige vorm van snurken, waarbij gedurende de slaap de luchtweg geheel of gedeeltelijk wordt geblokkeerd, heet slaapapneu. Hierbij stopt de adem meerdere malen per nacht een korte of langere tijd waarna de adem met een schok en veel lawaai plotseling weer op gang komt. Snurken en slaapapneu verstoren het normale slaapritme van de patiënt en de eventuele partner van de patiënt. Hierdoor kunnen voor beiden grote slaapstoornissen en andere lichamelijke ongemakken ontstaan.

OSAS geeft zestig procent verhoogde kans op hoge bloeddruk en onder andere verhoogde kans op aderverkalking, angina pectoris en hart- en herseninfarct. Bovendien kunnen mensen met OSAS overdag last hebben van hoofdpijn, verlies van concentratie en geheugen, futloosheid, depressie of slaperigheid.



Hiernaast ziet u duidelijk afgebeeld hoe een MRA werkt. De bovenste röntgenfoto is een dwarsdoorsnede van het hoofd zonder MRA. Hierbij is de luchtpijp nagenoeg dicht gevallen. De onderste foto laat zien wat er met de luchtpijp gebeurt als de MRA gedragen wordt.



MRA geplaatst op het gebit

Snurken is een zwaar onderschat probleem in de Nederlandse gezondheidszorg. Mensen met de bovenstaande klachten weten vaak zelf niet dat het door hun snurkgedrag zou kunnen komen. In Nederland snurkt ongeveer 35 procent van de bevolking op middelbare leeftijd. Boven de zestig jaar heeft zestig procent van de mannen en veertig procent van de vrouwen hier last van. Naar schatting ondervindt ruim één op de tien snurkers medische klachten door OSAS.

Voorkom snurken en slaapapneu

Bij het oplossen van het snurk- of slaapapneuprobleem moet de vibratie of blokkade worden verkleind of weggenomen. Dit kan onder andere door verandering van levensstijl (afvallen, minder alcoholgebruik), vermindering van het gebruik van medicijnen, operatief ingrijpen of het plaatsen van apparatuur tijdens het slapen. De beste oplossing verschilt per patiënt. De patiënt kan met zijn/haar snurk- of slaapapneuprobleem in eerste instantie terecht bij de huisarts. Deze kan hem/haar verwijzen naar een slaapspecialist zoals een KNO-arts, longarts, neurofysioloog of een speciaal opgeleide tandarts. De slaapspecialist maakt deel uit van een team dat in overleg met de patiënt de beste behandeling vaststelt.

De MRA

Eén van de mogelijke behandelingen is een soort beugel die 's nachts over de tanden wordt geplaatst. De beugel trekt daarbij de onderkaak iets naar voren. Hierdoor wordt de luchtpijp, die bij het snurken of slaapapneu wordt afgesloten, weer geopend. De beugel heet een Mandibulair Repositie Apparaat (MRA). Er bestaan diverse typen MRA, ieder met zijn eigen voor- en nadelen. Het is daarom goed om u van tevoren te laten informeren over de diverse typen MRA.