

Guia da Terapia

Distúrbios Respiratórios do Sono



Linde

CUIDADOS RESPIRATÓRIOS DOMICILIÁRIOS
Linde Saúde

Bem-vindo à Linde Saúde

A terapia que vai iniciar, tem como objetivo principal melhorar a qualidade do seu sono.

Ao iniciar esta terapia, os nossos Profissionais de Saúde e Técnicos de Assistência Domiciliária vão começar a visitá-lo regularmente. Estas visitas vão permitir uma melhor adaptação e resultados benéficos desde o início.

Neste guia são resumidas informações importantes sobre a sua terapia e alguns dados clínicos para o seu correto seguimento.

Leia este guia com atenção. Tenha-o sempre consigo para mostrar ao seu médico ou a um colaborador da Linde Saúde.



Este documento foi revisto por membros do Grupo de Doenças Respiratórias (GRES P) da Associação Portuguesa de Medicina Geral e Familiar (APMGF)

3º versão – Outubro 2018

Os seus dados

Código de Opção:

Código de Instalação:

Nome:

Localidade:

Nº Utente:

Sistema de Saúde:

Contacto:

Data de Nascimento:

Hospital/Clinica:

Médico:

Centro de Saúde:

Médico de família:

Contactos importantes:

Prestador de cuidados: Linde Saúde

Email: lindesaude@linde.com

Os seus direitos

Deve ter em atenção os seus direitos abaixo descritos:

1. Receber todas as informações necessárias relativas ao tratamento prescrito, nomeadamente sobre os dispositivos e acessórios entregues e sobre o manuseio e limpeza dos mesmos.
2. Ter todas as condições necessárias para iniciar o seu tratamento com a brevidade definida pelo seu médico.
3. Ter acesso a informações relativas ao seu tratamento que constam de uma base de dados protegida, relativamente a todos os aspetos de confidencialidade.
4. Ser atendido com cortesia e respeito pela equipa de profissionais de saúde e de Assistência Domiciliária da Linde Saúde.
5. Receber no seu domicílio o dispositivo e acessórios solicitados pelo médico ou similares desde que acordado com o mesmo.
6. Visitas periódicas de verificação e substituição dos diversos acessórios de acordo com as necessidades.
7. Acesso ao Serviço Permanente de Atendimento, disponível 24 horas todos os dias da semana, através da linha gratuita 800 22 00 22 e do email linde.saude@linde.com, em Portugal continental. Se contactar a Linde Saúde da Madeira, ligue o 800 20 27 62.

As suas responsabilidades

Tenha em conta as suas responsabilidades:

1. Observar e cumprir as normas e recomendações presentes neste guia e no manual do utilizador do dispositivo disponibilizado.
2. Manusear com cuidado os dispositivos que a Linde Saúde colocou no seu domicílio, assim como cumprir com as instruções de limpeza dos acessórios que estão indicadas neste guia.
3. Cumprir com as normas de segurança gerais que se encontram neste guia e com as específicas que se encontram no manual do utilizador do dispositivo disponibilizado.
4. Cumprir com a prescrição médica sem alterar qualquer um dos seus parâmetros. Caso o seu médico pretenda alterar ou altere os parâmetros da prescrição deve informar imediatamente a Linde Saúde.
5. Enviar atempadamente à Linde Saúde as prescrições iniciais e de continuação, devidamente assinadas, durante o período do tratamento, a fim deste poder ser faturado e cobrado à entidade da qual é beneficiário ou então, a fim de lhe ser faturado como particular.
6. Contactar a linha de Atendimento Permanente da Linde Saúde caso detete alguma anomalia relacionada com o dispositivo ou serviço.
7. Informar a Linde Saúde de qualquer alteração de domicílio ou contactos.
8. Limitar a utilização e manuseio do dispositivo e acessórios apenas a quem tiver recebido e/ou lido todas as instruções fornecidas pelos colaboradores da Linde Saúde.

Distúrbios Respiratórios do Sono

Os Distúrbios Respiratórios do Sono (DRS) são caracterizados por padrões respiratórios alterados durante o sono, como a Síndrome de Apneia do Sono, a Síndrome da Resistência da Via Aérea Superior e a Síndrome da Obesidade Hipoventilação.

O distúrbio mais comum é a Síndrome da Apneia do Sono. Apneia significa uma pausa temporária na respiração. Ainda que haja outros tipos de apneia, o termo “apneia do sono” geralmente refere-se à Síndrome de Apneia Obstrutiva do Sono (SAOS), na qual o indivíduo fica temporariamente incapaz de respirar devido à obstrução da via respiratória.

Nos doentes com SAOS isto pode ocorrer várias vezes durante uma única noite de sono e a sua duração e intensidade podem variar bastante.

O tratamento que vai iniciar utiliza um dispositivo que emite uma pressão de ar positiva (acima da pressão da atmosfera), sendo essa fixa ou variável, através de uma máscara nasal, facial ou oronasal, por forma a evitar a obstrução das vias aéreas.

Nota:

Tenha em atenção que o seu médico de família poderá referenciá-lo novamente ao hospital onde iniciou o seu tratamento nas seguintes situações:

- Hipersonolência diurna, não justificável por outras condições clínicas passíveis de correção;
- Não adesão à terapia;
- Incapacidade de adaptação ao ventilador, de aparecimento recente;
- Efeitos secundários de difícil correção;
- Vontade expressa do doente;
- Perda de peso > 10%.

Existem efeitos adversos associados?

A maioria dos efeitos adversos não condicionam a realização desta terapia.

Os mais frequentes são:

- Aerofagia (“ar no estomago”);
- Secura da boca e/ou das mucosas nasais;
- Irritação ocular;
- Claustrofobia;
- Sangramento do nariz;
- Otalgia e cefaleias

Raramente, podem ocorrer situações de alergia ao material da máscara e também eritema e lesões cutâneas, provocadas pela incorreta utilização da interface.

Periodicidade das Visitas

Início da Terapia dos Distúrbios Respiratórios do Sono

Ao iniciar a sua terapia, um profissional de saúde devidamente especializado, irá explicar-lhe em que consiste este tratamento e ensiná-lo a manusear o dispositivo disponibilizado, potenciando uma adaptação mais rápida e eficaz à terapia. Nas primeiras visitas terá oportunidade de contactar com todos os componentes e acessórios, para permitir a correta utilização do dispositivo e contribuir para a gestão eficiente da sua situação clínica.

São explicadas também as regras de segurança e manuseamento, bem como as instruções de limpeza e manutenção aplicáveis ao dispositivo e materiais disponibilizados. Ao longo do seu tratamento, serão efetuadas visitas domiciliárias de seguimento regulares, conforme estabelecido e informado pelo Técnico da Linde Saúde, com objetivo de verificar o correto funcionamento e utilização da terapia. A periodicidade destas visitas varia de acordo com o tempo e adaptação do tratamento, sendo mais frequentes no início da terapia.

A Linde Saúde possui um Centro de Gestão Clínica (CGC), dotado de profissionais de saúde especializados que poderão entrar em contacto consigo, para monitorizarem e identificarem situações precoces, procedendo à sua resolução ou encaminhando para a equipa da Linde Saúde que o segue em sua casa.

Pretende viajar?

No caso de pretender viajar, contacte a Linde Saúde para obter mais informações relativamente à prestação destes serviços fora do seu local de residência. A Linde Saúde apenas garante a continuidade do seu tratamento em Portugal Continental e Madeira. Se pretende viajar para outro país, ou para os Açores, contacte a linha de Atendimento Permanente, pelo menos uma semana antes da viagem, para mais informações e condições de assistência.



Contacte a Linde Saúde sempre que necessitar de ajuda com a sua terapia através da linha permanente e gratuita, em Portugal Continental através do 800 22 00 22 ou na Madeira através do 800 20 27 62.

Dados da terapia

	Data:					
CPAP	CPAP (cmH ₂ O)					
Auto CPAP	EPAP max (cmH ₂ O) EPAP min (cmH ₂ O)					
Bi-nível S	EPAP (cmH ₂ O) IPAP (cmH ₂ O)					
Auto Bi-nível	EPAP min (cmH ₂ O) IPAP max (cmH ₂ O) PS min (cmH ₂ O) PS max (cmH ₂ O)					
Sevoveilação	EPAP max (cmH ₂ O) EPAP min (cmH ₂ O) PS min (cmH ₂ O) PS max (cmH ₂ O) FR (cpm) Ti (seg)					
Informação complementar	Horas/dia					
	Rampa (P inicial; min)					
	Medidas conforto (APE/Flex)					
	Interface (assinale com X)					
	Nasal					
	Facial					
	Mínimo Contacto					
	Acessórios (assinale com X)					
	Humidificador					
	Apoio de queixo					
Manga/c. aquecido						

							CPAP
							Auto CPAP
							Bi-nível S
							Auto Bi-nível
							Sevoventilação
							Informação complementar

Dados da terapia

Acompanhamento da terapia

	Data:			
Avaliações	Peso indicado (Kg)			
	Freq. Cardíaca (bpm)			
	SpO ₂ basal (%)			
	Período avaliado (nº dias)			
Adesão	% dias de uso			
	% dias de uso ≥4h ☑ >70%			
	Média de uso (h/dia) ☑ >4h/d			
	IAH (eventos/h) ☑ <5/h			
Eficácia	Pressão P90/95 (cmH ₂ O)			
	Fuga P90/95 ☑ <25 l/min; < 10%			
	Escala de Epworth ☑ <10			
Observações	Efeitos secundários referidos			
	Comentários técnicos/ intervenções realizadas			
	Ass. do Técnico (legível)			

					Avaliações
					Adesão
					Eficácia
					Observações

Acompanhamento da terapia

Escala de Epworth

A Escala de Sonolência de Epworth é um questionário simples e rápido de responder com o objetivo de medir a sonolência diurna excessiva. É útil no diagnóstico de patologias relacionadas com o sono, como o caso da Síndrome da Apneia Obstrutiva do Sono (SAHOS).

Para que possamos avaliar melhor a sua evolução, indique numa escala de 0 a 3, qual a probabilidade de adormecer (sem estar cansado) em alguma destas condições:

Pontuação: 0 – nenhuma probabilidade; 1 – Algumas vezes; 2 – Bastantes vezes; 3 – Muitas vezes

Data: __/__/__	
Sentado a ler	
A ver televisão	
Sentado/a inativo/a num lugar público (i.e. sala de espera, reunião)	
Como passageiro num carro durante uma hora, sem paragem	
Deitado/a a descansar à tarde quando as circunstâncias o permitem	
Sentado/a a conversar com alguém	
Sentado/a calmamente depois de um almoço sem ter bebido álcool	
Ao volante, parado/a no trânsito durante uns minutos	
Total:	

Resultado final

1 a 6 – Parabéns! Tem dormido o suficiente!

7 a 8 – Apresenta um valor de sonolência diurna moderada.

Maior ou igual a 9 – Procure quanto antes um especialista na área do sono porque apresenta algum grau de sonolência diurna.

(Atenção: um valor alto nesta escala não é por si só um indicador de SAHOS, nem agravamento da sua patologia. Um técnico da Linde Saúde irá avaliar o seu estado de sonolência diurna, com base na soma dos valores que indicou e encaminhá-lo para o seu médico assistente se necessário).

Escala de Epworth

A Escala de Sonolência de Epworth é um questionário simples e rápido de responder com o objetivo de medir a sonolência diurna excessiva. É útil no diagnóstico de patologias relacionadas com o sono, como o caso da Síndrome da Apneia Obstrutiva do Sono (SAHOS).

Para que possamos avaliar melhor a sua evolução, indique numa escala de 0 a 3, qual a probabilidade de adormecer (sem estar cansado) em alguma destas condições:

Pontuação: 0 – nenhuma probabilidade; 1 – Algumas vezes; 2 – Bastantes vezes; 3 – Muitas vezes

Data: __/__/__	
Sentado a ler	
A ver televisão	
Sentado/a inativo/a num lugar público (i.e. sala de espera, reunião)	
Como passageiro num carro durante uma hora, sem paragem	
Deitado/a a descansar à tarde quando as circunstâncias o permitem	
Sentado/a a conversar com alguém	
Sentado/a calmamente depois de um almoço sem ter bebido álcool	
Ao volante, parado/a no trânsito durante uns minutos	
Total:	

Resultado final

1 a 6 – Parabéns! Tem dormido o suficiente!

7 a 8 – Apresenta um valor de sonolência diurna moderada.

Maior ou igual a 9 – Procure quanto antes um especialista na área do sono porque apresenta algum grau de sonolência diurna.

(Atenção: um valor alto nesta escala não é por si só um indicador de SAHOS, nem agravamento da sua patologia. Um técnico da Linde Saúde irá avaliar o seu estado de sonolência diurna, com base na soma dos valores que indicou e encaminhá-lo para o seu médico assistente se necessário).

Escala de Epworth

A Escala de Sonolência de Epworth é um questionário simples e rápido de responder com o objetivo de medir a sonolência diurna excessiva. É útil no diagnóstico de patologias relacionadas com o sono, como o caso da Síndrome da Apneia Obstrutiva do Sono (SAHOS).

Para que possamos avaliar melhor a sua evolução, indique numa escala de 0 a 3, qual a probabilidade de adormecer (sem estar cansado) em alguma destas condições:

Pontuação: 0 – nenhuma probabilidade; 1 – Algumas vezes; 2 – Bastantes vezes; 3 – Muitas vezes

Data: __/__/__	
Sentado a ler	
A ver televisão	
Sentado/a inativo/a num lugar público (i.e. sala de espera, reunião)	
Como passageiro num carro durante uma hora, sem paragem	
Deitado/a a descansar à tarde quando as circunstâncias o permitem	
Sentado/a a conversar com alguém	
Sentado/a calmamente depois de um almoço sem ter bebido álcool	
Ao volante, parado/a no trânsito durante uns minutos	
Total:	

Resultado final

1 a 6 – Parabéns! Tem dormido o suficiente!

7 a 8 – Apresenta um valor de sonolência diurna moderada.

Maior ou igual a 9 – Procure quanto antes um especialista na área do sono porque apresenta algum grau de sonolência diurna.

(Atenção: um valor alto nesta escala não é por si só um indicador de SAHOS, nem agravamento da sua patologia. Um técnico da Linde Saúde irá avaliar o seu estado de sonolência diurna, com base na soma dos valores que indicou e encaminhá-lo para o seu médico assistente se necessário).

Escala de Epworth

A Escala de Sonolência de Epworth é um questionário simples e rápido de responder com o objetivo de medir a sonolência diurna excessiva. É útil no diagnóstico de patologias relacionadas com o sono, como o caso da Síndrome da Apneia Obstrutiva do Sono (SAHOS).

Para que possamos avaliar melhor a sua evolução, indique numa escala de 0 a 3, qual a probabilidade de adormecer (sem estar cansado) em alguma destas condições:

Pontuação: 0 – nenhuma probabilidade; 1 – Algumas vezes; 2 – Bastantes vezes; 3 – Muitas vezes

Data: __/__/__	
Sentado a ler	
A ver televisão	
Sentado/a inativo/a num lugar público (i.e. sala de espera, reunião)	
Como passageiro num carro durante uma hora, sem paragem	
Deitado/a a descansar à tarde quando as circunstâncias o permitem	
Sentado/a a conversar com alguém	
Sentado/a calmamente depois de um almoço sem ter bebido álcool	
Ao volante, parado/a no trânsito durante uns minutos	
Total:	

Resultado final

1 a 6 – Parabéns! Tem dormido o suficiente!

7 a 8 – Apresenta um valor de sonolência diurna moderada.

Maior ou igual a 9 – Procure quanto antes um especialista na área do sono porque apresenta algum grau de sonolência diurna.

(Atenção: um valor alto nesta escala não é por si só um indicador de SAHOS, nem agravamento da sua patologia. Um técnico da Linde Saúde irá avaliar o seu estado de sonolência diurna, com base na soma dos valores que indicou e encaminhá-lo para o seu médico assistente se necessário).

Informação clínica adicional

Validade das prescrições			
Data inicial:	Válida até:	Data inicial:	Válida até:
Data inicial:	Válida até:	Data inicial:	Válida até:
Data inicial:	Válida até:	Data inicial:	Válida até:
Data inicial:	Válida até:	Data inicial:	Válida até:

Próximas consultas		

Terapêutica Farmacológica Crónica / Relevante		
Nome do medicamento e dosagem	Posologia	Observações

Segurança

Antes de utilizar o dispositivo, leia atentamente as instruções de segurança presentes neste guia. Para informação adicional consulte o manual que acompanha o dispositivo.

Recomendações gerais

- Siga as indicações dadas pelo Técnico da Linde Saúde;
- O dispositivo apenas deverá ser usado para o tratamento previsto e segundo prescrição médica e sempre de acordo com as condições de funcionamento presentes no manual do utilizador que acompanha o dispositivo;
- Siga as indicações dadas pelo Técnico da Linde Saúde relativamente ao melhor local para utilizar em segurança o dispositivo;
- Se receber tratamento hospitalar ou médico de qualquer tipo, informe os profissionais de saúde que está a fazer este tratamento para os Distúrbios Respiratórios do Sono;
- Utilize apenas acessórios fornecidos pela Linde Saúde;
- Deve lavar as mãos antes e depois de manusear o dispositivo;
- Se, por qualquer razão o seu dispositivo apresentar deficiências ou alguma anomalia no seu funcionamento, contacte imediatamente o serviço de atendimento permanente da Linde Saúde;
- A utilização inadequada do dispositivo ou acessórios pode provocar danos e/ou a diminuição do desempenho do mesmo;
- Não utilize o dispositivo após exposição prolongada à luz direta do sol;
- Cumpra com as instruções de segurança, limpeza e manutenção do dispositivo;
- Se utilizar um sistema de humidificação, verifique periodicamente se existe água resultante da condensação no circuito. Se existir, desligue o dispositivo, desconecte o tubo, remova a água e deixe secar.

Segurança elétrica

- Nunca deixe o seu dispositivo ligado (em modo terapia/funcionamento) quando não estiver a ser utilizado. Caso deseje desligá-lo da corrente durante o dia, faça-o sempre cerca de 15-30 min depois de ter terminado a terapia, para que se processe a gravação de dados);
- Nunca utilize extensões elétricas, exceto se autorizado por um dos técnicos da Linde Saúde;
- Ao manusear o sistema de humidificação, desligue sempre o dispositivo no interruptor e da corrente elétrica externa;
- Não cubra o dispositivo durante o seu funcionamento, pois pode obstruir a entrada do ar;
- Nunca mergulhe o dispositivo em qualquer tipo de fluidos e não o utilize na banheira ou a tomar duche.

Instruções de Limpeza e Manutenção

Efetue as seguintes operações com o dispositivo desligado da corrente e com cuidado para evitar a entrada de água no sistema elétrico.

Dispositivo/Acessórios	Frequência	Procedimento
Dispositivo	Sempre que necessário	Desligue-o antes de limpar. Limpe-o com um pano humedecido. Não deixe entrar água para dentro do dispositivo.
Máscara/Interface	Diariamente ou após cada utilização	Lave cuidadosamente com água fria/tépida e sabão neutro (sabão de barra azul ou rosa) sem utilizar escovas ou esfregões, evitando danificar o silicone/gel da máscara; Enxague com água fria/tépida corrente; Deixe secar a máscara naturalmente evitando a exposição direta à luz do sol.
Tubo ou circuito	Semanalmente ou sempre que necessário	Desconecte o circuito do dispositivo e da interface. Lave-o com água corrente e sabão neutro (ex. sabão de barra azul ou rosa). Enxague bem o seu interior e deixe secar naturalmente, exceto se utilizar um circuito com válvula expiratória integrada.
Filtro de ar	Semanalmente	Resmed Remova o filtro e sacuda-o de forma a retirar o pó acumulado. Coloque novamente o filtro. Nota: Nunca lave o filtro. Philips Respironics Remova o filtro e sacuda-o. Lave-o com água corrente e sabão neutro (sabão de barra azul ou rosa) e deixe secar bem antes de voltar a usar.
	Semestralmente	Resmed ou Philips Respironics Remova e deite fora o filtro usado, substituindo-o por um novo.
Filtro de poeiras finas (opcional)	Mensalmente	Remova e deite fora o filtro de poeiras finas usado, substituindo-o por um novo, se aplicável (depende do modelo do dispositivo utilizado).
Humidificador	Diariamente	Lave com sabão neutro e enxague com água corrente. Colocar água destilada entre os valores mínimos e máximos. Deixar secar/escorrer durante o dia ou quando não estiver a usar.

A manutenção do seu dispositivo será efetuada por um técnico da Linde Saúde com a regularidade estabelecida por modelo, de acordo com a recomendação do fabricante, ou sempre que necessário para garantir o seu bom funcionamento.

Quando ligar para o 800 22 00 22

Para **iniciar tratamento**, prima **1**

Se é **utente** da Linde Saúde, prima **2**

↘ Reposição de oxigénio ou assistência técnica, prima **1**

↘ Faturação ou prescrições médicas, prima **2**

↘ Outros assuntos, prima **4**

Outros assuntos, prima **3**

Se pretende que a sua chamada não seja gravada, prima **9**

Se pretende contactar a Linde Saúde da Madeira, ligue o 800 20 27 62.

Linde

CUIDADOS RESPIRATÓRIOS DOMICILIÁRIOS

Linde Saúde

Linde Saúde, Lda
Fórum Maia - Pólo de Serviços
Rua Padre António, 232, 4º Piso, 4.2
Apartado 1038 , 4471-909 Maia Portugal
www.linde-healthcare.pt



<http://bit.ly/satisfacaolinde>



MT-50N0001

200030303