



Votre traitement sommeil par PPC.

Le sommeil

Le sommeil est un processus global qui rééquilibre le corps humain, physiologiquement et psychologiquement :

- Il représente 1/3 de notre vie
- Il joue une fonction restauratrice, par la mise au repos des systèmes cardiovasculaire et respiratoire
- Il permet la régénération cellulaire
- Il régule et contrôle à la fois la sécrétion des hormones nocturnes et diurnes
- Il participe à l'apprentissage et à la mémorisation

Le syndrome d'apnées du sommeil (SAS)

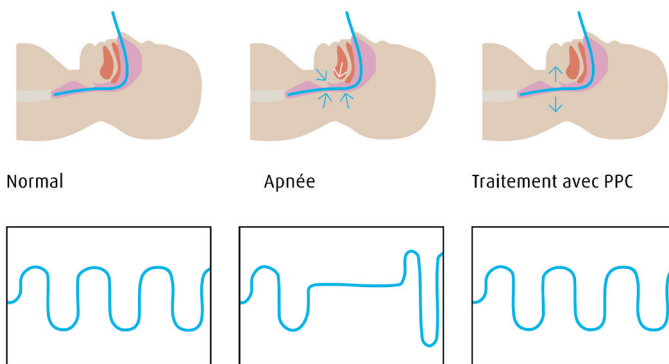
Le syndrome d'apnées du sommeil est un ensemble de troubles respiratoires qui apparaissent pendant le sommeil. La respiration est soit diminuée (hypopnée), soit interrompue (apnée) empêchant ainsi l'air de parvenir normalement jusqu'aux poumons. Ces anomalies durent 10 secondes ou plus, à une fréquence importante tout au long de la nuit. Elles sont la principale cause de petites phases d'éveils (micro-éveils), le plus souvent inconscientes.

Le diagnostic de l'apnée du sommeil

On évalue la sévérité du syndrome d'apnées du sommeil en enregistrant l'activité respiratoire (polygraphie) éventuellement complétée de l'activité cérébrale (polysomnographie) au cours du sommeil. Ces examens, qui durent une nuit, peuvent être réalisés lors d'une hospitalisation ou en ambulatoire.

Ils permettent de déterminer :

- Le nombre d'évènements respiratoires par heure (c'est l'Index des Apnées et Hypopnées ou IAH)
- Le type d'évènements respiratoires
- Le nombre de micro-éveils par heure (Imev)
- La structure du sommeil



Assistance Apnée du sommeil

N°Cristal 09 69 32 21 05

Numéro de référence.

APPEL NON SURTAXÉ



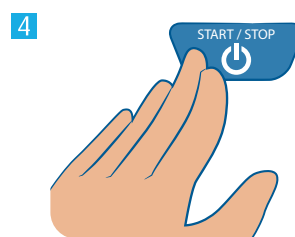
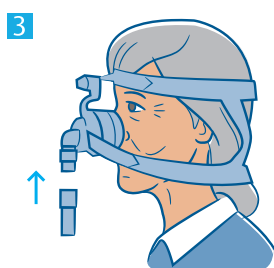
L'ajustement du masque

L'ajustement du masque est une des étapes clés. Prenez le temps lors de cette étape, surtout en début de traitement. Au besoin, aidez-vous d'un miroir.

Attention : Ne jamais trop serrer les sangles. Le masque doit rester confortable.

Les étapes à suivre pour la mise en place du masque sont les suivantes :

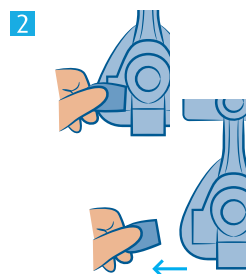
- 1 Positionnement du masque sans contrainte
- 2 Attache du harnais inférieur
- 3 Raccordement du circuit patient
- 4 Démarrage de la PPC



Les étapes à suivre pour le retrait de l'interface sont les suivantes :

- 1 Arrêt de la PPC
- 2 Détache du harnais inférieur
- 3 Retrait du masque

L'utilisation du clip ou détache rapide augmente la durée de vie du harnais.



Assistance Apnée du sommeil

 **N°Cristal** 09 69 32 21 05

Numéro de référence.

APPEL NON SURTAXÉ



La gestion des fuites

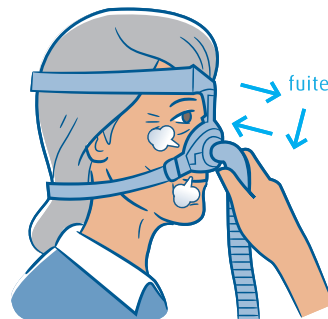
→ Si mon masque est de type **nasal**

Je resserre les lanières du bas et les lanières du haut de manière symétrique et sans excès.



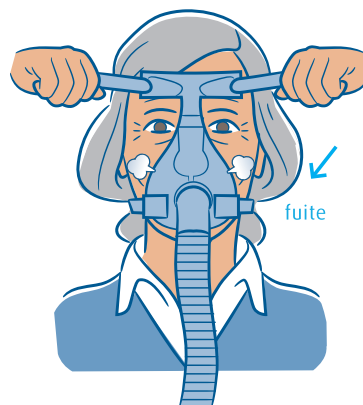
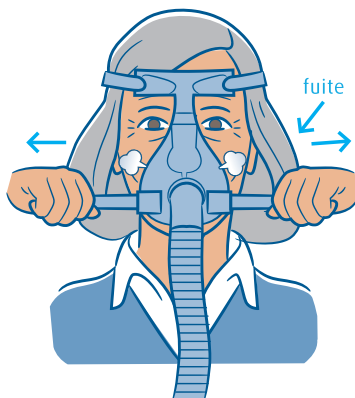
Je décolle le masque de mon visage, je le repositionne et le replace sur mon visage. Je vérifie en passant ma main autour de mon masque qu'il n'y ait plus de fuites.

Conseils généraux pour vous aider à bien positionner votre masque. Attention, chaque masque est différent.



→ Si mon masque est de type **facial**

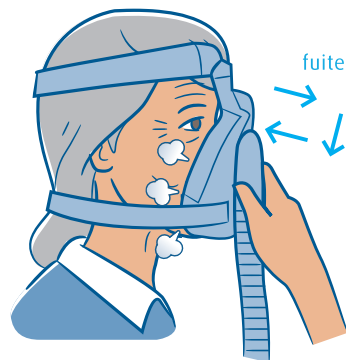
Je resserre les lanières du bas et les lanières du haut de manière symétrique et sans excès.



Je décolle le masque de mon visage, je le repositionne et le replace sur mon visage. Je vérifie en passant ma main autour de mon masque qu'il n'y ait plus de fuites.

Votre technicien Linde Homecare France vous apportera tous les conseils complémentaires en fonction de votre masque actuel.

Si vous disposez d'un masque avec un composant magnétique, merci de nous contacter pour nous informer de la pose d'un implant médical pour vous et toute personne ayant un contact rapproché.



Assistance Apnée du sommeil

N°Cristal 09 69 32 21 05

Numéro de référence.

APPEL NON SURTAXÉ



L'entretien

L'entretien de votre matériel est indispensable pour en assurer le bon fonctionnement. Cependant, vous ne devez pas essayer d'ouvrir l'appareil. Les réparations et l'entretien interne doivent être effectués par un technicien habilité.

Composant	Périodicité	Entretien
Bulle 	1 fois par jour	→ Nettoyer le masque à l'eau tiède savonneuse. Rincer abondamment et bien essuyer. → Ne pas utiliser d'objet ou de produit abrasif.
Masque 	1 fois par semaine	→ Nettoyer le masque à l'eau tiède savonneuse. Rincer abondamment et bien essuyer. → Le masque subit une usure normale. L'inspecter régulièrement pour vérifier qu'il ne soit pas endommagé.
Harnais ou contrainte mentonnière. 	2 fois par mois	→ Nettoyer le harnais à l'eau tiède savonneuse. → Peut être mis au lave-linge (cycle délicat / 30 °C).
Circuit 	Selon nécessité	→ Nettoyer le circuit respiratoire dans l'eau tiède avec un détergent doux. Le rincer soigneusement et le suspendre pour le faire sécher.
Parties extérieures de la PPC 	2 fois par mois	→ Nettoyer à l'aide d'un linge légèrement humide (eau savonneuse). → Ne jamais placer la PPC au contact d'un liquide. Veiller à toujours débrancher la PPC avant de la nettoyer et vérifier qu'elle soit bien sèche avant de la rebrancher.
Humidificateur 	1 fois par semaine au minimum et selon les modalités préconisées par le fabricant	→ Nettoyer le couvercle, la plaque et la base à l'eau tiède avec un détergent doux. Rincer-les soigneusement à l'eau claire et laisser-les sécher. → En cas de résidu calcaire, faire un bain de vinaigre blanc et rincer abondamment. → Peut être mis au lave-vaisselle (programme délicat / 40 °C). → Quotidiennement, vider, rincer et re-remplir le réservoir avec de l'eau bouillie pendant 1 minute puis refroidie à température ambiante. → Vider ou enlever l'humidificateur avant de déplacer l'appareil.
Filtre poussière 	Selon recommandations du fabricant	→ Filtre à usage unique (fibre) : Nettoyer par tapotage. Le remplacer tous les 6 mois. → Filtre permanent : Nettoyer à l'eau claire et bien sécher. A remplacer seulement si détérioré.

1. Pensez à l'hygiène de vos mains avant d'effectuer l'entretien de votre matériel.

2. Ne pas utiliser de solutions à base d'eau de javel, de chlore, d'alcool ou d'aromates (y compris les huiles parfumées), ni de savons hydratants ou antibactériens. Ces solutions peuvent endommager le matériel et réduire sa durée de vie.
3. En cas d'adjonction d'un humidificateur, utilisez une eau faiblement minéralisée ou eau froide du robinet bouillie pendant une minute et refroidie sans dépasser le niveau maximum. L'eau déminéralisée est contre-indiquée.

Assistance Apnée du sommeil



09 69 32 21 05

Numéro de référence.

APPEL NON SURTAXÉ



Notre prise en charge à domicile

Initiation

Suivi annuel

Début du traitement	J + 1 :	J + 3 :	Au minimum 2 visites complémentaires technicien	J + 4 mois	1 à 2 visites ¹ technicien	J + 15 mois	De manière courante
Votre médecin vous a prescrit une PPC	Installation	Appel téléphonique		Visite chez le médecin		Visite annuelle chez le médecin	Visite technicien : 1 à 2 visites ¹ /an Visite médecin : 1 visite / an

¹Dépendant de votre système de prise charge avec ou sans télésuivi

Si vous le souhaitez, une visite en agence ou à distance peut vous être proposée.

Pour les patients pédiatriques (de 0 à 16 ans) :

- 1 visite supplémentaire est prévue durant la phase d'initiation.
- 1 visite technicien tous les 6 mois.
- Le nombre de micro-éveils par heure (Imev)
- Délai d'intervention en cas de panne 24h vs 72h pour les patients de plus de 16 ans.

Tarif

Votre traitement par PPC est pris en charge sur la base d'un forfait hebdomadaire, selon les tarifs fixés par le ministère de la Santé. Ce dernier fixe également le cahier des charges relatif à la prestation à assurer.

Nous sommes signataires d'une convention nationale de tiers payant avec la Caisse Nationale d'Assurance Maladie. Nous facturons directement les prestations auprès de votre caisse.

Pour le ticket modérateur :

- Soit votre mutuelle accepte le tiers payant (convention), nous la facturons alors directement. Vous n'avez aucune avance de frais à faire.
- Soit votre mutuelle ne pratique pas le tiers payant. Nous vous proposons alors des formules adaptées à votre situation et à régler par vos soins.

Taux de remboursement :

Le taux de remboursement par la Sécurité Sociale est en général de 60 %. Les 40 % restants constituent le ticket modérateur, et sont pris en charge par votre mutuelle. Si celle-ci ne couvre que partiellement le ticket modérateur, la quote-part restante est à votre charge.

Sous certaines conditions, le taux de prise en charge peut être de 100 % (affectation hors liste ou pour polypathologie dans le cadre d'une Affection de Longue Durée). Les demandes de rapprochement ALD sont de votre responsabilité et doivent être établies par votre médecin généraliste.

Assistance Apnée du sommeil



09 69 32 21 05

Numéro de référence.

APPEL NON SURTAXÉ



Autres services

Linde Homecare France vous propose plusieurs services complémentaires :

LISA®

LISA® est votre application pour le suivi de votre traitement.

Vous y trouverez de nombreuses fonctionnalités pour :

- Suivre votre observance
- Mettre à jour vos données personnelles
- Envoyer les renouvellements d'ordonnance
- Télécharger diverses attestations
- Voir votre date de rendez-vous avec votre médecin prescripteur
- Nous informer en cas d'hospitalisation.

<https://lisa.linde.com>



Les Mardis du patient

Pour toujours mieux vous accompagner dans la mise en place de votre traitement, Linde Homecare France vous propose une session d'information collective deux mardis par mois, afin de :

- Comprendre l'importance du sommeil
- Mettre en place des astuces pour un sommeil réparateur
- Apprendre à suivre son traitement
- Avoir les bons réflexes en cas de déplacement
- Suivre quelques rappels sur l'utilisation de son matériel : ajustement et entretien

La Chambre idéale

Votre chambre est-elle bien adaptée pour un sommeil de qualité ? A travers un questionnaire simple* et rapide, nos équipes pourront vous suggérer des améliorations.

**Questionnaire signé par le Professeur Damien Léger et le Dr François Duforez.*

Assistance Apnée du sommeil

 **N°Cristal** 09 69 32 21 05

Numéro de référence.

APPEL NON SURTAXÉ

