

Która maska najlepsza?

Wybrane rozwiązania:

Minimalnego kontaktu

Lżejsza, większy komfort i nie zasłania widoku (możliwość czytania). Może być to jednak kosztem stabilności i szczelności.

Mocowanie rury na głowie

Idealne dla osób, które dużo ruszają się w nocy i przeszkadza im rura.

Wspornik na czoło

Zmniejsza ucisk maski na nos i zwiększa stabilność. Nie dla osób z klaustrofobią.

Żelowe poduszki

Mniejszy nacisk na twarz, możliwość zastosowania większych ciśnień. Dobre dla brodaczy.

Wkładki donosowe

Lekkie, ciche i szczelne. Mogą jednak wypadać z nosa jeżeli ktoś dużo rusza się w nocy.

Nosowa czy ustno-nosowa

Maska nosowa

Wybierz ją zawsze, o ile nie ma jasnych przeciwwskazań ze strony laryngologicznej (np. polipy). Maska taka jest tańsza, wygodniejsza i przede wszystkim pozwala na zwiększenie efektywności terapii dzięki wymuszeniu fizjologicznego toru oddechowego. Mamy naturalny odruch zamykania ust w maskach nosowych. Nie radzi sobie z nimi tylko około 10% osób. Koniecznie wypróbuj!

Maska ustno-nosowa

Przeznaczona dla osób, które nie mogą stosować maski ustnej ze względu na przyczyny zdrowotne (brak drożności nosa) albo problemy z opanowaniem wycieków powietrza przez usta.



„Maska idealna” nie istnieje!

Wcale nie dlatego, że producenci nie potrafią dopracować konstrukcji. Wynika to głównie z tego, że anatomia i potrzeby każdego użytkownika są nieco inne. Każdemu pasuje coś innego i niekiedy potrzeba kilku prób zanim znajdziemy tą jedyną, najlepszą dla siebie.

Ponieważ dobre maski nie są tanie, nie warto pozostawiać wyboru ślepego szczęściu testując po kolei każdy z dostępnych modeli. Mamy ich na rynku grubo ponad 100. Warto zastanowić się dobrze jakie są nasze oczekiwania i jaki element w poprzedniej masce sprawił, że szukamy kolejnej. Dobry sprzedawca będzie potrafił polecić Wam model, który spełni wasze oczekiwania w możliwie największym stopniu.

Jeżeli chcecie poszukać modelu maski dopasowanego do potrzeb, polecam także poradnik na drcpap.pl – pozwoli on nie tylko wybrać typ maski ale także pokaże Wam modele różnych producentów spełniające zadane kryteria.

Maska ma fundamentalne znaczenie dla komfortu i skuteczności terapii. Do czasu gdy nie będziesz w pełni zadowolony ze swojej, nie poddawaj się w poszukiwaniach „maskowego Graala”.

Rafał Myrta, Dr CPAP

Znajdź nas w Internecie



www.drcpap.pl



www.cpapblog.pl