

# Slaap Positie Therapie

U heeft een slaaponderzoek gehad waaruit is gebleken dat u een positieafhankelijke OSAS (obstructief slaap apneu syndroom) heeft. Dit betekent dat u vooral ademstops heeft als u op uw rug ligt. In andere slaaphoudingen, zoals de zijligging, heeft u geen of veel minder ademstops.

## Behandeling

Om dit te behandelen krijgt u een slaap positie trainer. Dit is een klein apparaatje dat u tijdens de slaap in een band rond uw borst kunt dragen. Het apparaat meet uw slaaphouding en geeft een zachte trilling zodra u op de rug gaat liggen. De trilling wordt sterker totdat u van slaaphouding verandert. Hierdoor zullen de ademstops minder worden.

U krijgt de NightBalance Sleep Position Trainer van Philips via de leverancier Vivisol. U krijgt van Vivisol formulieren thuisgestuurd. Vul deze in en stuur ze terug. Daarna ontvangt u het apparaatje per pakketpost en wordt u uitgenodigd voor een online afspraak bij Vivisol.



Kijk voor meer informatie op: [vivisol.nl/patienten/apneuzorg/positietherapie](https://vivisol.nl/patienten/apneuzorg/positietherapie)

## Heeft u vragen?

Voor vragen over uw Slaap Positie Trainer kunt u contact opnemen met de leverancier van het apparaat. Voor overige vragen kunt u op werkdagen tussen 8.30 - 16.30 uur contact opnemen met het secretariaat van het Centrum voor Slaapgeneeskunde: telefoonnummer 088 708 55 25.

## Tip: Bekijk uw dossier op MijnZGT

MijnZGT is het patiëntenportaal van ZGT. U kunt op MijnZGT via uw computer, tablet of mobiel delen van uw medisch dossier inzien. Ook kunt u daar uw persoonlijke gegevens controleren en vragenlijsten invullen. Via de HiX Patiënt app op uw tablet of telefoon is MijnZGT ook te bekijken. Kijk voor meer informatie op: [zgt.nl/mijnzgt](https://zgt.nl/mijnzgt).