

Mandibulair Repositie Apparaat MRA

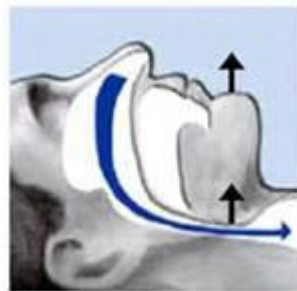
U gaat starten met een mandibulair repositie apparaat (MRA) omdat u slaapapneu heeft en/of snurkt. Een MRA is een beugel die u 's nachts draagt. Hij houdt de onderkaak naar voren, waardoor de luchtweg open blijft. Het snurken en de apneus worden daardoor minder.

Wat is een MRA?

- De MRA houdt de onderkaak 's nachts naar voren waardoor de luchtweg open blijft. De zachte delen uit de keel blokkeren de luchtstroom niet meer. Hierdoor nemen het snurken en de apneus af.
- De MRA wordt alleen tijdens het slapen gedragen.



De MRA



Effect MRA: kaak staat naar voren

Voor wie?

- Een MRA kan geschikt zijn voor mensen die licht tot ernstig snurken en voor mensen die licht tot matig last hebben van slaapapneu.
- De beugel is minder geschikt voor mensen met een bewegingsbeperking van de onderkaak, een verhoogde braakreflex of een slechte conditie van het gebit of tandvlees.
- Ook voor mensen die geen eigen tanden of kiezen hebben zijn er mogelijkheden om een MRA te laten maken.

Onderzoek

De arts moet de volgende onderzoeken doen:

- onderzoek van de kaak, de weke delen, en het functioneren van het kaakgewricht.
- De kaakchirurg controleert het gebit en de weefsels die daaromheen liggen.
- We maken een röntgenfoto van het gelaat, de kaken en het gebit.

Na deze onderzoeken kan de arts beoordelen of het zinvol is om een MRA te maken.

MRA maken

- U krijgt een afspraak voor het maken van een afdruk van uw gebit (happen). Ook maken we een beetregistratie (meten).
- Een tandtechnisch laboratorium maakt de beugel. Dit duurt ongeveer 4 weken.

MRA plaatsen/passen?

Ongeveer 4 weken na de polikliniekafspraak is de MRA klaar. U krijgt het apparaat met instructies mee naar huis.

Vanaf nu slaapt u elke nacht met de beugel in.

Wennen aan de beugel

- Iedereen moet wennen aan het dragen van de beugel. 's Ochtends zijn de kaakspieren vaak gespannen en kan u een moe of pijnlijk gevoel in de kaken hebben. Tijdens de eerste 2 weken merkt u hier het meest van.
- Het wennen duurt gemiddeld 2 maanden.

Bijwerkingen

Een MRA is een hulpmiddel dat weinig bijwerkingen heeft. We kunnen vooraf niet voorspellen hoeveel last u van de beugel krijgt. Ook weten we niet of de beugel voldoende helpt tegen uw klachten.

De volgende bijwerkingen kunnen voorkomen:

- Het gevoel dat het gebit niet meer goed op elkaar sluit. Dit is tijdelijk.
- Tandem, kiezen en het tandvlees kunnen gevoelig zijn.
- Tijdens het slapen een verhoogde speekselafgifte of juist een droge mond.
- In het begin kan de beugel 's nachts uit de mond vallen.
- Tijdens het wennen nemen de ongemakken geleidelijk af.
- Overgewicht, roken, het bestaan van (tijdelijke) neusobstructies, het gebruik van alcohol en slaapmiddelen kunnen een nadelige invloed hebben op de werking van de MRA.

De stand van het gebit kan mede door de MRA na enkele jaren iets veranderen. Ook kunnen gebitselementen tijdens het dragen van een MRA op de lange termijn afslijten. Patiënten kunnen daarnaast ook kaakgewrichtsklachten krijgen.

Nazorg

- Soms wil de kaakchirurg het effect van de behandeling met een MRA controleren met een PSG (polysomnografie). Dit is dan 3 maanden nadat de MRA is ingesteld.
- Nadat een MRA goed is ingesteld, adviseren we u om uw gebit en de MRA elk jaar te laten controleren bij de tandarts en kaakchirurg.
- Krijgt u eerder klachten? Maak dan een afspraak bij de kaakchirurg of bij de tandarts van de ACTA.

Kosten

Bij slaapapneu wordt de MRA meestal vergoed. Als u snurkt, maar geen slaapapneu heeft, wordt de behandeling niet vergoed door uw zorgverzekering. U krijgt dan een kostenbegroting van de kaakchirurg. We raden u aan om altijd vooraf te informeren bij uw zorgverzekeraar.

Vragen?

Stel uw vraag via MijnOLVG

U kunt ons altijd bereiken via [MijnOLVG](#). Heeft u een algemene vraag over vergoeding of betaling? Neem dan contact op met uw zorgverzekeraar of kijk op www.olvg.nl/zorgnota. Meer informatie over bijvoorbeeld kosten, bereikbaarheid, onderzoeken en behandelingen staat op www.olvg.nl maar u kunt ons natuurlijk ook bellen.

Meer informatie online

- www.kaakchirurg.nl
- www.nvts.nl

Contact

Slaapcentrum, locatie West

T 020 510 87 47 (werkdagen 8.15 – 16.15 uur)

Route 4

Oost
Oosterpark 9
1091 AC Amsterdam

West
Jan Tooropstraat 164
1061 AE Amsterdam

Spuistraat
Spuistraat 239 A
1012 VP Amsterdam

Onze Algemene Voorwaarden zijn van toepassing: www.olvg.nl/algemene-behandelvoorwaarden

Aanmelden MijnOLVG via www.mijnolvg.nl | Klacht of opmerking: www.olvg.nl/klacht

Redactie en uitgave: Marketing en Communicatie, 11 februari 2021, foldernr.2488