

[702] Rosmarie: Undichte Maske, oder: Es pfeift und zischt

Liebe Rosmarie

Offenbar hast du mit deinem Problem bereits die Aerzte und Stationsschwestern an den Anschlag gebracht. Wenn ich recht mitgezählt habe, hast du bereits sieben verschiedene Masken ausprobiert. Bei fast allen kriegst du Druckstellen, reissest die Maske im Schlaf ab (oder verlierst sie einfach), wirst von Abluft aus dem Abströmventil geweckt (oder weckst deinen Partner) und bist nach wenigen Stunden Tagesablauf so müde wie zuvor. Die Therapie ist dir verleidet und manches andere dazu.

Du hast viele Haare und schöne dazu (die du nicht abschneiden willst). Du träumst viel und wundervoll. Du hast keine bevorzugte Schlaflage, sondern drehst dich nächtens oft und heftig. Du hast ein Autoset-Gerät mit unterem Druck 4 und oberem Druck 12. Gegen Morgen hast du oft Druck 10 bis 11.

Mein Vorschlag: Stülpe eine 'Komforthülle' über den Schlauch (Schlauchpariser). Hänge den Schlauch über deinem Kopf oder noch besser hinter deinem Kopf auf > [612]. Lass dir eine Maske 'Weinmann blau mit Kugelgelenk' oder 'Respironic Nasal Mask mit Drehkupplung' beschaffen. Die Ausströmöffnungen verstopfst du mit Plastilin oder [910] Schiffskitt. Zwischen Schlauch und Maske steckst du entweder ein 'Auslass-Ventil 'Dräger E-Vent- N 5730350' oder ein Auslass-Ventil 'Respironics mit Drehkupplung 360°' oder ein Auslass-Ventil 'Weinmann Silentflow mit Drehkupplung 360°'.

Was erreichst du: Die Maske dreht mit dir 360° - also im Vollkreis. Das Auslassventil dreht mit Schlauch und Maske 360° - nochmals ein Vollkreis. Der aufgehängte Schlauch kann weder von Gesicht noch Schultern noch Armen blockiert werden. Er schwenkt mit. Das Auslassventil lässt die Luft allseits ausströmen - kein Abluftstrom bläst ins Kissen oder ins Gesicht deines Partners - er wird es schätzen.

Und nun stehst du vor den Spiegel und ziehst dir die Maske über deine schönen Haare. Ganz leicht, nichts darf drücken. Keine Klinken, nur Strapsen benützen. Wenn nötig, ziehst du morgens ein wenig dichter. Also von ganz leicht bis ganz wenig straffer. Druckstellen besagen: Die Maske passt nicht oder sie ist zu straff angezogen.

PS: Und lass deine schönen Haare stehen - genau so wie Männer ihren Schnauzer!

