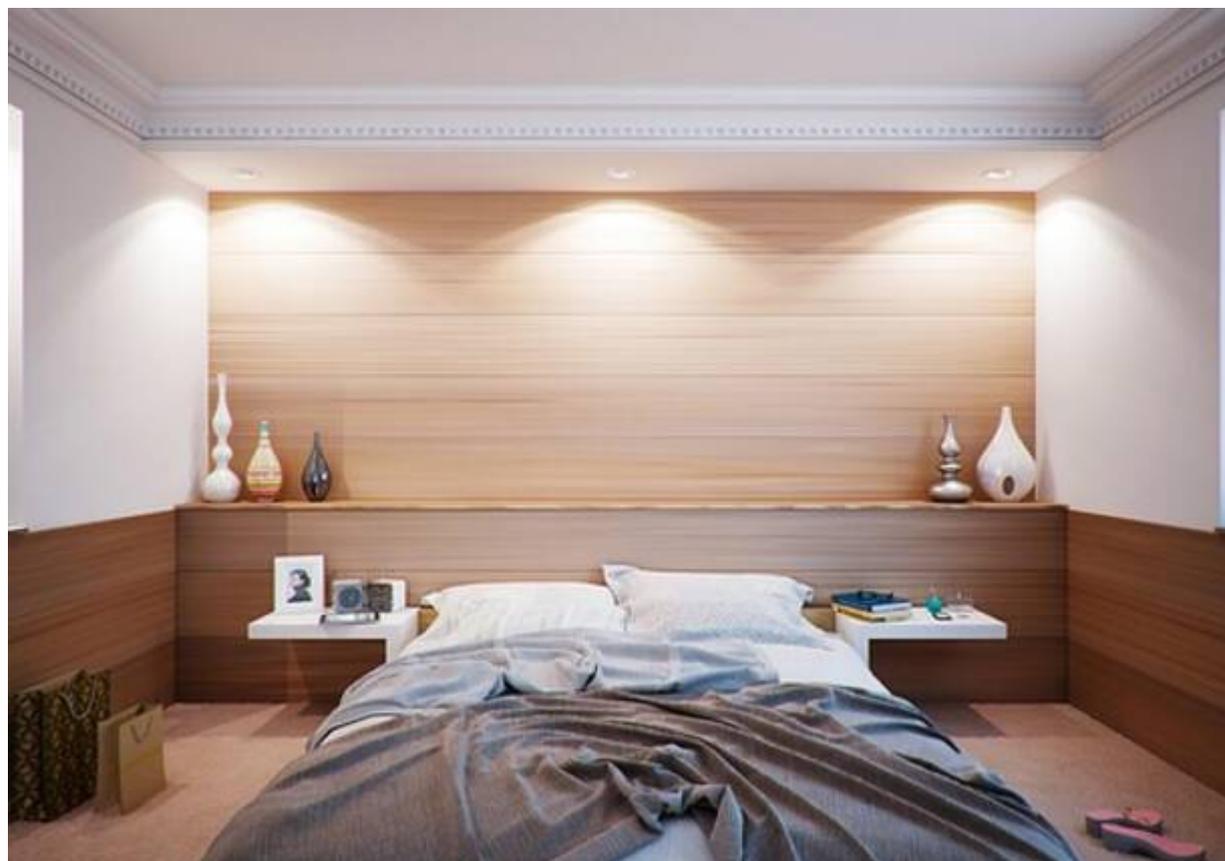


## Terapia con Cpap a casa propria: che cosa serve

**Pubblicato:** Mercoledì 7 Agosto 2024



Il **cpap** è un dispositivo che consente di tenere aperte le vie respiratorie durante il sonno. Il medico può prescrivere l'utilizzo a quei pazienti che soffrono di **apnee notturne**, magari accompagnate da altri disturbi respiratori. Grazie ad esso, queste persone riescono nuovamente a concedersi un **sonno continuativo e ristoratore** e a svegliarsi riposati, evitando tutti i sintomi normalmente correlati alle OSAS, come sonnolenza diurna, cefalea, difficoltà di concentrazione.

Il suo funzionamento è molto semplice, in quanto consiste nell'emissione di un **flusso di aria a pressione costante**, la quale evita il collasso delle strutture anatomiche responsabili delle apnee. Proprio per questo motivo, è possibile utilizzarlo senza difficoltà **anche a casa**.

Naturalmente, per un utilizzo corretto, oltre a seguire i **consigli del proprio medico** di fiducia, è necessario procurarsi tutto l'occorrente, dalla **maschera nasale cpap** ai filtri. Andiamo a vedere che cosa serve per sottoporsi alla **terapia di ventilazione notturna** con cpap al proprio domicilio.

### Il ventilatore cpap

L'elemento cardine per effettuare questo tipo di terapia è naturalmente il macchinario di ventilazione, ossia un **piccolo dispositivo pressoventilato** che viene impostato tramite software al fine di emettere un flusso d'aria adeguato alle caratteristiche e alle problematiche del paziente. Le **impostazioni** devono essere stabilite dal **medico** e **configurate dal fornitore**.

A oggi esistono tre diverse tipologie di dispositivi di ventilazione. Oltre al **cpap**, il quale emette **un flusso di aria positiva costante**, è possibile trovare:

- il **bipap**: caratterizzato da **due flussi d'aria differenti**, uno più leggero emesso durante l'espirazione e uno a pressione più intensa che accompagna l'inspirazione;
- l'**auto-cpap**: il quale **modula l'intensità del flusso durante il sonno notturno**, adattandolo automaticamente alla respirazione o al russamento del paziente.

## La maschera

Affinché l'aria emessa dal cpap raggiunga le vie respiratorie, il paziente deve indossare una **maschera**. I modelli tra i quali è possibile scegliere sono tre:

- **nasali**: si tratta delle maschere più utilizzate, le quali coprono esclusivamente il naso, risultando meno fastidiose rispetto ad altri modelli. Consigliate a chi si muove molto durante il sonno, non sono invece adatte ai soggetti che hanno difficoltà a respirare attraverso il naso e, durante il sonno, respirano anche con la bocca;
- **olive nasali**: le meno invasive in assoluto, sono formate da due cuscinetti che, inseriti nelle narici, permettono al flusso d'aria di entrare direttamente nel naso, evitando dispersioni. Adatte esclusivamente a chi respira solo attraverso il naso, sono preferite dai soggetti che soffrono di claustrofobia o hanno baffi e barba, mentre sono sconsigliate in caso di narici sensibili;
- **facciali o oronasali**: maschere che coprono sia il naso sia la bocca, possono risultare un po' più fastidiose, ma, diversamente dagli altri due modelli, sono adatte alle persone che, durante il sonno, respirano anche attraverso la bocca.

## Gli altri accessori indispensabili

Oltre ai due elementi appena visti, per effettuare la terapia cpap al proprio domicilio è necessario avere a disposizione un **tubo di connessione** che permetta di collegare il corpo del dispositivo alla maschera scelta, e dei **filtri**, utili per garantire la purificazione dell'aria immessa direttamente nelle vie respiratorie.

Opzionale invece l'**umidificatore**, il quale riscalda l'aria ed evita problemi di secchezza a naso e gola.

Redazione VareseNews  
redazione@varesenews.it