

# VIRTUAL CPAP REVIEW

## Routine check-up of your CPAP treatment

### WHAT IS IT?

During this appointment you will receive a phone call from a Sleep Physiologist to see how you are getting on with CPAP treatment. The CPAP device sends a report to our systems so we can monitor how well your CPAP is treating your sleep apnoea as well as how well your mask is fitting. We will also be asking you how you think your treatment is going, what is going well and what you may be struggling with. We will be able to coach you through any problems you may be experiencing.

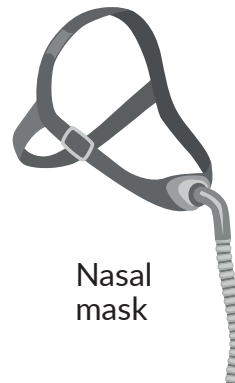
### WHY DO YOU NEED A CHECK-UP?

As providers of your treatment, we need to make sure that the CPAP is treating your sleep apnoea effectively. If your sleep apnoea is well controlled by your treatment then the associated health risks will be normalised.



### HOW SHOULD I PREPARE FOR THE APPOINTMENT?

- Ensure your contact details are up to date within the hospital
- Ensure your phone accepts calls from withheld numbers
- If you have a Philips Dreamstation 2 (grey) or a SEFAM S-BOX CPAP – your data transfers automatically, so you do not need to do anything
- If you have a **Resmed CPAP** – your machine does not allow remote monitoring, please give us a call to re-arrange to a face to face appointment
- If you have a Philips **Dreamstation 1 CPAP (white)** – you may have a modem enabled within your device that automatically sends data. If not, please ensure you have updated the CPAP data on your Dreammapper app on your phone



Nasal mask



Full face mask

### HOW CAN WE HELP?

We will try to find solutions to any CPAP problems you are having to maximise usage and benefits from treatment.

Common problems can be mouth dryness, skin rubbing, mask leak, bloating, and tube rain-out. These issues can be addressed by our trained team of Sleep Physiologists who are always willing to help.

Masks should be cleaned daily using warm soapy water and we expect them to last approximately one year under this cleaning routine.

For more information please visit: (QR)



or contact the department on 02921 825421



GIG  
CYMRU  
NHS  
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol  
Caerdydd a'r Fro  
Cardiff and Vale  
University Health Board



Lung Function  
& Sleep Apnoea  
Department

# CYCHWYN CPAP

Rhoi peiriant CPAP i chi am y tro cyntaf i drin apnoea cwsg rhwystrol (OSA)

## BETH YDYW?

Yn ystod yr apwyntiad hwn byddwch yn derbyn galwad ffôn gan Ffisiologydd Cwsg i weld sut yr ydych yn ymdopi â'ch triniaeth CPAP. Mae'r ddyfais CPAP yn anfon adroddiad i'n systemau fel y gallwn fonitro pa mor dda y mae eich CPAP yn trin eich apnoea cwsg yn ogystal â pha mor dda y mae eich masg yn ffitio. Byddwn hefyd yn gofyn i chi sut rydych chi'n meddwl bod eich triniaeth yn mynd, beth sy'n mynd yn dda a beth allech chi fod yn cael trafferth ag ef. Byddwn yn gallu eich helpu gydag unrhyw broblemau y gallech fod yn eu cael.

## PAM MAE ANGEN ARCHWILIAD ARNOCH CHI?

Fel darparwyr eich triniaeth, mae angen i ni sicrhau bod y CPAP yn trin eich apnoea cwsg yn effeithiol. Os caiff eich apnoea cwsg ei reoli'n dda gan eich triniaeth yna bydd y risgiau iechyd cysylltiedig yn cael eu normaleiddio.



## SUT DDYLWN I BARATOI AR GYFER YR APWYNTIAD?

- Sicrhewch fod eich manylion cyswllt yn gyfredol yn yr ysbyty
- Sicrhewch fod eich ffôn yn derbyn galwadau o rifau anhysbys.
- Os oes gennych Philips Dreamstation 2 (llwyd) neu CPAP SEFAM S-BOX - mae eich data yn trosglwyddo'n awtomatig, felly nid oes angen i chi wneud unrhyw beth
- Os oes gennych **CPAP Resmed** - nid yw eich peiriant yn caniatáu monitro o bell, rhowch alwad i ni i aildrefnu apwyntiad wyneb yn wyneb
- Os oes gennych **CPAP Philips Dreamstation 1 (gwyn)** – efallai y bydd gennych fodem wedi'i alluogi o fewn eich dyfais sy'n anfon data yn awtomatig. Os na, sicrhewch eich bod wedi diweddarau'r data CPAP ar eich ap Dreammapper ar eich ffôn



Masg trwynol



Masg wyneb llawn

## SUT ALLWN NI HELPU?

Byddwn yn ceisio dod o hyd i atebion i unrhyw broblemau CPAP rydych chi'n eu cael i sicrhau eich bod yn ei ddefnyddio yn y ffordd orau ac yn cael y buddion mwyaf o'r driniaeth.

Gall problemau cyffredin gynnwys ceg sych, y croen yn rhwbio, y masg yn gollwng, chwyddo, a wyneb gwlyb o ganlyniad i 'rain-out' yn y tiwb. Gall ein tîm hyfforddedig o Ffisiologydd Cwsg fynd i'r afael â'r problemau hyn ac maent bob amser yn barod i helpu.

Dylid glanhau masgiau bob dydd gan ddefnyddio dŵr sebon cynnes a disgwyliwn iddynt bara tua blwyddyn o dan y drefn lanhau hon.

I gael rhagor o wybodaeth, ewch i:

Cysylltwch â'r adran ar 02921 825 421.



GIG  
CYMRU  
NHS  
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol  
Caerdydd a'r Fro  
Cardiff and Vale  
University Health Board



Swyddogaeth yr Ysgyfaint  
ac Adran Apnoea Cwsg