



GUIA DO PACIENTE

Como utilizar o CPAP ResMed AirSense 11

Bem-vindo ao seu guia rápido de uso do CPAP S11.

Aqui, você aprenderá a manuseá-lo corretamente, garantindo um uso seguro e eficiente.

O CPAP (Pressão Positiva Contínua nas Vias Aéreas) é um equipamento utilizado para manter a via aérea aberta durante o sono, auxiliando no controle da apneia obstrutiva do sono, ronco e melhorando a qualidade e performance do sono.

⚠ IMPORTANTE: Sempre siga a prescrição médica e os ajustes recomendados com base no seu exame de polissonografia. Conte com a ajuda de nossos fisioterapeutas para as devidas configurações.

Este guia foi elaborado para facilitar o uso diário do seu equipamento AirSense 11:

Itens principais do kit

- CPAP AirSense 11 (aparelho principal)
- Bolsa de transporte
- Fonte e cabo de energia
- Umidificador (reservatório acoplado ao aparelho)
- Traqueia/mangueira
- Máscara (acessório a parte)
- Filtro de ar



1) Como montar o CPAP (passo a passo)

Passo 1 – Local ideal:

- Apoie o CPAP em superfície firme (mesa ou criado-mudo).
- Evite cobrir o aparelho ou deixá-lo em locais abafados.
- Preferencialmente, mantenha o equipamento um pouco abaixo do nível da cama.

Passo 2 – Conectar a traqueia:

- Encaixe a mangueira na saída de ar do CPAP.
- Conecte a outra extremidade na máscara.

Passo 3 – Colocar água no umidificador:

- Abra o reservatório e preencha até a marca **MAX**.
- Utilize preferencialmente água filtrada ou destilada (não mineral).
- Não utilize óleos essenciais ou substâncias aromáticas.

Passo 4 – Conectar à tomada:

- Conecte o cabo de energia ao aparelho e em seguida à tomada.

2) Como colocar a máscara corretamente

- Posicione a máscara no rosto com calma, de acordo com o modelo escolhido
- Ajuste as tiras até ficar firme e confortável.
- A máscara deve vedar bem, sem apertar excessivamente.

Importante: apertar demais pode causar dor, marcas e aumentar vazamentos.



3) Como ligar e iniciar o uso

1. Coloque a máscara.
2. Respire normalmente.
3. Pressione o botão **Start/Stop** na tela do aparelho.

****Alguns modelos possuem função de início automático (Auto Start), ligando ao detectar sua respiração. ****

4) O que é normal sentir no começo

É comum nas primeiras noites:

- Sensação de ar forte
- Leve desconforto com a máscara
- Dificuldade inicial para relaxar e dormir

Esses sintomas tendem a melhorar com a adaptação geralmente entre 7 e 30 dias, se sinta tranquilo.

5) Funções importantes do AirSense 11

Rampa: inicia com pressão mais baixa e aumenta gradualmente conforme a necessidade, facilitando o início do sono.

Umidificador: reduz ressecamento nasal e irritação de garganta, se tornando um recurso padrão ouro de conforto ao utilizar o CPAP.

Tubo aquecido: evita condensação e melhora ainda mais a estabilidade do tratamento e uso contínuo.

6) Rotina ideal de uso

Antes de dormir:

- Coloque água no reservatório.
- Conecte máscara e traqueia.
- Ajuste a máscara com o CPAP ligado.
- Acione o equipamento e durma normalmente.



Recomendação: utilizar todas as noites e durante cochilos durante o dia.

7) Como saber se está funcionando corretamente

Você está no caminho certo se notar:

- Menos cansaço ao acordar
- Redução do ronco
- Menos sonolência diurna
- Melhor concentração e disposição
- Menos despertares noturnos

O AirSense 11 também fornece dados na tela tempo de uso, vedação e eventos).

8) Problemas comuns e soluções rápidas

Ar muito forte: verifique se a rampa está ativada e respire normalmente.

Vazamento na máscara: ajuste o velcro do fixador com o aparelho ligado e confirme tamanho correto.

Boca seca: aumentar umidificação e avaliar se está **dormindo de boca aberta**.

Nariz entupido/ressecado: aumentar umidificador e considerar lavagem nasal com soro.

Água na mangueira: reduzir umidade, secar a almofada da máscara e deixe a água da mangueira escorrer e usar tubo aquecido mantendo o CPAP abaixo do nível da cama.

9) Higienização e limpeza

Diariamente:

- Lavar a almofada/parte da máscara que encosta no rosto com água morna e sabão neutro.

Semanalmente:

- Lavar máscara completa, traqueia e reservatório com água morna e detergente neutro.
- Enxaguar bem e deixar secar naturalmente.

Filtro:

- Verificar semanalmente.
- Trocar em média a cada 30 dias (ou antes se estiver escuro).
- Não lavar o filtro (descartável).

10) Trocas recomendadas (manutenção preventiva)

- Filtro: a cada 30 dias
- Mascara: 6 a 12 meses
- Traqueia: 12 meses
- Reservatório: 1 a 2 anos

11) Dicas para adaptação mais rápida

- Dessensibilizar o uso tendo 20 a 30 minutos utilizando acordado durante o dia.
- Ajustar máscara sempre com o CPAP ligado.
- Não apertar demais o fixador.
- **Persistir a adaptação é progressiva e melhora com uso contínuo.**

12) Quando procurar suporte

Procure seu terapeuta do sono na Respirox ou assistência técnica se houver:

- Feridas ou dor no rosto
- Vazamentos frequentes e difíceis de ajustar
- Sensação de sufocamento
- Persistência de sonolência diurna após 30 dias
- Ruídos anormais ou falhas no funcionamento do equipamento

13) Dicas para quem viaja com frequência

Temos o CPAP AirMini, pequeno e prático para uso em viagens. Consulte-nos e encomende o seu.



Observação: Este guia não substitui orientações clínicas personalizadas. Ajustes de pressão e configurações devem ser realizados por profissional habilitado. Consulte os fisioterapeutas da Respirox