

# Guide d'entretien de la thérapie CPAP



# La meilleure thérapie, pour un meilleur sommeil.

L'entretien et le remplacement réguliers de votre équipement CPAP vous permettront de continuer à profiter des avantages d'une bonne thérapie et d'un sommeil réparateur!

Principales raisons de remplacer vos pièces et accessoires de CPAP:

1

Dormir plus longtemps pendant la nuit.

2

Maintenir une bonne hygiène de l'équipement.

3

Améliorer la santé et le bien-être général.

Que faut-il rechercher lorsqu'il est temps de remplacer votre masque et vos accessoires CPAP?



FUITE DU MASQUE



CASQUE ÉTIRÉ



NEZ SEC OU BOUCHÉ

Intégrez le nettoyage de votre masque et équipement CPAP dans votre routine régulière.

	Coussin pour masque	Appareil CPAP	Masque	Humidificateur (Chambre à eau)	Tubes et tuyaux CPAP	Les filtres réutilisables	Filtres jetables
							
 NETTOYER	CHAQUE JOUR	CHAQUE SEMAINE	CHAQUE SEMAINE	CHAQUE SEMAINE	CHAQUE SEMAINE	CHAQUE SEMAINE	NE PEUVENT ÊTRE NETTOYÉS
 REMPLACER	TOUS LES 6 MOIS	AU BESOIN*	TOUS LES 6 MOIS	TOUS LES 12 MOIS	TOUS LES 6 MOIS	TOUS LES 3 MOIS	CHAQUE MOIS

\* Il faudra vérifier soigneusement l'appareil CPAP chaque année, après 3 ans d'utilisation.



## Coussin pour masque

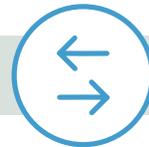
### NETTOYAGE



Chaque  
Jour

Lavez le coussin ou le joint du masque à l'eau tiède et au savon doux non parfumé. Laissez-le sécher sur une serviette et à l'abri des rayons de soleil. Vous pouvez également nettoyer votre masque avec des lingettes pour masque.

### REEMPLACEMENT



Tous les  
6 mois

Remplacez le coussin ou le joint de votre masque tous les 6 mois pour assurer un bon ajustement du masque et réduire les fuites.



## Masque

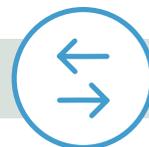
### NETTOYAGE



Chaque  
semaine

Démontez le masque conformément aux instructions du fabricant. Plongez les composants du masque dans un bassin ou un récipient d'eau et lavez le masque à la main en utilisant un savon doux non parfumé. Rincez toutes les composantes à l'eau et séchez-les avec une serviette ou laissez-les sécher à l'air libre, à l'abri des rayons de soleil. Rassemblez le masque lorsque toutes les pièces sont sèches.

### REEMPLACEMENT



Tous les  
6 mois

Votre masque doit être remplacé tous les 6 mois pour des raisons d'hygiène et pour garantir une bonne adaptation du masque pour une thérapie optimale. L'utilisation quotidienne du masque peut entraîner l'accumulation de bactéries, de cellules mortes et de sébum qui peuvent provoquer des éruptions, des irritations et des démangeaisons sur le visage. Le port quotidien du masque peut également entraîner des étirements ou d'autres dommages.



## Mentonnières et casques

### NETTOYAGE



Chaque semaine

Lavez votre casque à l'eau chaude et au savon doux non parfumé. Rincez à l'eau et laissez sécher sur une serviette et à l'abri des rayons de soleil.

### REPLACEMENT



Tous les 12 mois

Remplacez votre casque au moins une fois par an. Au fil du temps, celui-ci s'étire, ce qui réduit son efficacité à maintenir un ajustement correct du masque.



## Humidificateur (Chambre à eau)

### NETTOYAGE



Chaque semaine

Il est important de nettoyer régulièrement la chambre à eau de votre humidificateur. L'eau stagnante dans la chambre peut favoriser la prolifération de bactéries, qui peuvent être inspirées lors de l'utilisation de votre appareil CPAP. Après chaque utilisation, retirez le réservoir de l'appareil, videz l'eau et rincez le réservoir. Séchez la chambre à l'aide d'une serviette ou laissez-la sécher à l'air libre, mais à l'abri des rayons de soleil. Remplissez à nouveau la chambre avec de l'eau distillée et remettez-la en place sur l'appareil.

### REPLACEMENT



Tous les 12 mois

Les humidificateurs doivent être remplacés chaque année. Même avec un nettoyage régulier, votre humidificateur commencera à avoir une accumulation de bactéries qui peuvent être inhalées et provoquer des maladies.



## Tubes et tuyaux CPAP

### NETTOYAGE



Chaque semaine

Immergez votre tube/ tuyau dans de l'eau chaude et du savon doux non parfumé. Laissez tremper pendant 10 à 15 minutes, puis rincez à l'eau. Suspendez le tuyau pour le faire sécher et assurez-vous qu'il est complètement sec avant de l'utiliser.

### REMPLACEZ-LES



Tous les 6 mois

Remplacez votre tube/tuyau tous les 6 mois. Chaque nuit, votre tube subit une usure régulière et peut avec le temps s'endommager. Inspectez régulièrement les extrémités du tuyau pour repérer tout étirement ou dommage.



## Les filtres réutilisables

### NETTOYAGE



Chaque semaine

Lavez et rincez votre filtre réutilisable à l'eau chaude. Laissez-le sécher sur une serviette. Il est important que votre filtre soit complètement sec avant de le remettre dans la machine.

**Remarque:** Un filtre doit toujours se trouver dans votre appareil CPAP celui-ci est en utilisation.

### REMPLACEMENT



Tous les 3 mois

Remplacez votre filtre tous les 3 mois. Si vous vivez dans un environnement poussiéreux ou si vous souffrez d'allergies saisonnières, vous pouvez remplacer votre filtre plus fréquemment que les 3 mois recommandés.

Vérifiez auprès de votre prestataire d'assurance pour comprendre votre couverture. Les masques et accessoires CPAP peuvent souvent être réclamés par le biais de vos comptes de dépenses de santé.

Chez VitalAire, nos équipes cliniques agréées vous soutiendront tout au long de votre parcours de thérapie du sommeil.





Appelez le 1 833 904-2473

Visitez [www.vitalaire.ca](http://www.vitalaire.ca)

**VitalAire est le principal prestataire de thérapie et de diagnostic de l'apnée du sommeil au Canada.**