

A close-up photograph of a man with grey hair and a beard, sleeping peacefully in a bed. He is wearing a white button-down shirt and a grey Philips NightBalance CPAP mask around his neck. The background is softly blurred, showing a white pillow and a bedside table with a lamp.

**PHILIPS**

NightBalance

# FAQs für Patienten NightBalance

## Alles Wissenswerte über die maskenfreie CPAP-Alternative NightBalance von Philips

Sie haben Fragen zu NightBalance? Sie erhalten hier wichtige allgemeine Informationen sowie konkrete Antworten auf Fragen zu den Themen Einsatzgebiet und Erwerb sowie Produktinformationen zur Anwendung und Einsicht von Therapiedaten.

Sollten Sie keine Antwort auf Ihre Frage in diesem Dokument finden, rufen Sie uns

gerne an: **0800 000 7522**. Wir sind von **Montag bis Freitag von 8:00 – 18:00 Uhr** für Sie da.

Weiterführende Informationen zum Thema Schlafapnoe und zu anderen Produkten aus diesem Bereich finden Sie auf unserer Website: [www.philips.de/schlaftherapie](http://www.philips.de/schlaftherapie).

# Allgemeine Informationen

---

## Fragen

## Antworten

---

### Was ist NightBalance?

Philips NightBalance ist ein medizinisches Therapiegerät, das speziell für Patienten mit positionsabhängiger obstruktiver Schlafapnoe (POSA) entwickelt wurde. Es handelt sich um eine klinisch erprobte, maskenfreie Behandlung, die den Patienten sanft und leise unterstützt, seine Schlafposition zu ändern, um Apnoen vorzubeugen – ohne dabei den natürlichen Schlaf zu stören. Mit NightBalance bietet Philips eine alternative, nicht-invasive Behandlung für Patienten mit positionsabhängiger OSA.<sup>1,2</sup>

---

### Wie funktioniert NightBalance?

Das kleine, leichte Gerät veranlasst den Benutzer mit sanften Vibrationen sich vom Rücken auf die Seite zu drehen, und zwar ohne dabei den Schlaf zu stören. Das Gerät ist so klein, dass es in die Handfläche passt. Es befindet sich in einem weichen, bequemen und verstellbaren Brustgurt. Philips NightBalance verwendet intelligente Algorithmen, um die Vibrationsstärke automatisch an den individuellen Benutzer anzupassen. In Verbindung mit einer mobilen Patienten App und einem Online Portal für den Facharzt stellt es Patienten und Ärzten Echtzeitdaten zur Verfügung, anhand derer die Therapiewirksamkeit kontrolliert werden kann.

---

### Für wen ist NightBalance geeignet?

Philips NightBalance ist für Patienten geeignet, bei denen eine positionsabhängige Schlafapnoe (POSA) durch einen Arzt diagnostiziert wurde. Dies bedeutet, dass Ihr AHI-Wert in Rückenlage mindestens doppelt so hoch ist wie Ihr AHI-Wert in Nicht-Rückenlage. Die Therapie ist für eine leichte bis mäßige POSA ( $5 \leq \text{AHI} \leq 30$ ) geeignet, der AHI-Wert in Nicht-Rückenlage muss demnach unter 10 sein. Die Therapie richtet sich an neu diagnostizierte POSA-Patienten sowie an POSA-Patienten, bei denen andere Therapien einschließlich CPAP bisher erfolglos waren.

---

### Ist NightBalance rezeptpflichtig?

NightBalance ist nicht rezeptpflichtig, das Gerät muss privat erworben werden. Bitte beachten Sie jedoch, dass vorab eine entsprechende Diagnose zur positionsabhängigen Schlafapnoe durch Ihren Arzt erfolgt sein muss und Sie vor dem Kauf des Gerätes diesbezüglich von Ihrem Arzt konsultiert wurden, um sicherzustellen, dass eine NightBalance Therapie auch für Sie geeignet ist.

---

### Benötige ich eine neue Schlafanalyse?

Es wird keine neue Schlafanalyse benötigt. Ihr Arzt kann anhand Ihrer aktuellen Ergebnisse erkennen, ob eine NightBalance Therapie bei Ihnen in Frage kommt.

---

### Was ist positionsabhängige Schlafapnoe?

Schlafapnoe ist eine schwere Schlafstörung, die auftritt, wenn die Atmung einer Person während des Schlafes unterbrochen wird. Menschen mit unbehandelter Schlafapnoe hören während des Schlafes immer wieder auf zu atmen, manchmal hunderte Male. Schlafapnoe betrifft über 100 Millionen Menschen auf der ganzen Welt. Die positionsabhängige Schlafapnoe (POSA) ist eine Sonderform und tritt bei Menschen auf, die hauptsächlich in Rückenlage unter schlafbezogenen Atmungsstörungen leiden. Laut Definition liegt eine POSA vor, wenn der Apnoe-Hypopnoe-Index (AHI) in Rückenlage mehr als zwei Mal so hoch ist wie in anderen Schlafpositionen. Ein typischer Patient mit POSA lässt sich durch eine Polysomnographie leicht identifizieren. Positionsabhängige OSA ist in milden und moderaten OSA-Populationen weit verbreitet.

---

<sup>1</sup> Dutch Apnea Society (ApneuVereniging) (Studie mit 75 Personen, die NightBalance durchschnittlich 2,2 Jahre verwendet haben), 2017.

<sup>2</sup> Berry et al., NightBalance Sleep Position Treatment Device versus Auto-adjusting Positive Airway Pressure for Treatment of Positional Obstructive Sleep Apnea, Journal of Clinical Sleep Medicine, Accepted Papers, 2/27/2019.

## Erwerb und Kosten

---

### Fragen

### Antworten

**Wo kann man NightBalance kaufen?**

NightBalance kann im Philips Online Shop [www.philips.de/nightbalance](http://www.philips.de/nightbalance) und bei einigen Fachhändlern erworben werden. Für genauere Informationen hierzu wenden Sie sich gerne an unseren Kundenservice.

**Was kostet NightBalance?**

Im Philips Online Shop ist NightBalance für einen Preis von 699 Euro erhältlich. Wenn Sie NightBalance beim Fachhändler erwerben möchten, können die Kosten je nach Fachhändler abweichen.

**Wird NightBalance von der Krankenkasse erstattet?**

Nein. NightBalance ist ein Selbstzahlerprodukt, welches privat erworben wird und von den gesetzlichen Krankenversicherungen in der Regel nicht erstattet wird.

**Kann ich NightBalance risikofrei testen?**

Ja. Wir bieten Ihnen im Philips Online Shop eine 40 Tage Geld-Zurück-Garantie an, damit Sie NightBalance unverbindlich testen können. Bitte beachten Sie jedoch, dass vorab eine entsprechende Diagnose zur positionsabhängigen Schlafapnoe durch Ihren Arzt erfolgt sein muss und Sie vor dem Kauf des Gerätes diesbezüglich von Ihrem Arzt konsultiert wurden, um sicherzustellen, dass eine NightBalance Therapie auch für Sie geeignet ist.

**Was ist im Lieferumfang enthalten?**

Im Lieferumfang ist ein NightBalance Sensorgerät, eine Docking Station mit Ladekabel sowie ein einstellbares Brustband und die Gebrauchsanweisung enthalten. Für eine sichere Aufbewahrung erhalten Sie zudem ein schickes und robustes Reise-Etui.

## Produktinformationen

---

### Fragen

### Antworten

**Wie groß ist NightBalance?**

Das Sensorgerät von NightBalance ist 6,9 x 4,5 x 1,4 cm groß und wiegt nur 30 Gramm.

**Wie wird NightBalance genutzt?**

Das kompakte Sensorgerät wird mithilfe eines weichen, einstellbaren Bands während Sie schlafen am Brustkorb getragen. Sie können in jeder beliebigen Position einschlafen. Nach 15 Minuten wird das Gerät aktiv und beginnt mit der Dokumentation Ihres Schlafverhaltens. NightBalance registriert, wenn Sie auf dem Rücken liegen. Es veranlasst Sie dazu, sich in eine andere Position zu drehen, ohne Ihren Schlaf zu stören. Die Vibrationen hören auf, wenn Sie auf der Seite liegen.

**Woran erkenne ich, dass die Therapie erfolgreich ist?**

Ihren Therapiefortschritt können Sie gemeinsam mit Ihrem Arzt verfolgen. NightBalance registriert Ihre Therapiedaten und überträgt diese auf folgenden Wegen:

1. Sensorgerät

Wenn Sie aufwachen, können Sie auf dem Sensorgerät Ihre Daten von der letzten Nacht ablesen. Sie können sich ansehen, wie lange Sie NightBalance verwendet haben, wie viel Zeit Sie auf dem Rücken gelegen haben und wie gut Sie auf die Therapie angesprochen haben. Verwenden Sie die Navigationstasten oben am Sensorgerät, um durch die verschiedenen Bildschirme zu navigieren.

## Fragen

### Woran erkenne ich, dass die Therapie erfolgreich ist?

[Fortsetzung]

## Antworten

#### 2. NightBalance App

Um sich Ihre Daten der letzten Verwendungswoche anzusehen, benötigen Sie die NightBalance-App. Nach der Synchronisation des Geräts mit Ihrem Smartphone können Sie sich die Schlafdaten der vergangenen Nacht oder auch der vorherigen Woche in der App ansehen.

#### 3. Online Portal (für Ihren Facharzt)

In der NightBalance App können Sie Ihre Therapiedaten auch für Ihren behandelnden Arzt freigeben. Die Daten werden dann automatisch drahtlos an ein sicheres Online-Portal übertragen. Dort kann Ihr Arzt Ihre Schlaf- und Therapiedaten noch ausführlicher und über einen längeren Zeitraum ansehen und auswerten, um die Therapiewirksamkeit sicherzustellen.

### Wie kann ich meine Therapiedaten einsehen?

Sie können Ihre Daten auf dem Sensorgerät und in der NightBalance App einsehen. Durch die tägliche Synchronisation mit dem Smartphone wird sichergestellt, dass Ihre Therapiedaten auf dem neuesten Stand sind. Neue Daten erscheinen erst nach einer Synchronisation in der App. Die Synchronisation der Therapiedaten mit Ihrem Smartphone findet automatisch statt, wenn Sie die Sensor-Einheit bei der täglichen Verwendung ein- und ausschalten, während die Philips NightBalance-App auf Ihrem Smartphone geöffnet ist. Wenn die App nicht geöffnet ist, findet die Synchronisation nicht automatisch statt. Die Philips NightBalance-App zeigt den Status und Informationen zur Synchronisation an.

Wenn Sie sich Ihre Daten ansehen, werden Sie bemerken, dass für die ersten zwei Tage keine Aufzeichnungen vorhanden sind. Dies liegt daran, dass NightBalance zunächst lediglich erfasst, wie Sie schlafen, und keine Daten aufzeichnet. Die Aufzeichnung beginnt am dritten Tag (siehe Erklärung zu Adaptionsprogramm).

### Ich habe vergessen meine Daten mit der App zu synchronisieren. Sind die Daten jetzt verloren?

Nein, natürlich nicht. Das Sensorgerät kann Daten für einen längeren Zeitraum speichern. Damit Ihre Therapiedaten aber auf dem neuesten Stand sind, empfehlen wir eine tägliche Synchronisation mit Ihrem Smartphone. Daten, die auf die App für Mobilgeräte und das Portal übertragen werden, werden (automatisch) vom Sensorgerät entfernt.

### Darf ich in der Nacht aufstehen?

Ja. Wenn Sie in der Nacht aufstehen müssen, können Sie die Therapie kurzzeitig pausieren. Im Pausenmodus gibt die Sensor-Einheit 5 Minuten lang keine Vibrationen ab. Der Pausenmodus kann aktiviert werden, wenn Sie nachts aufstehen oder wenn Sie die Gerätetasche des Brustgurts kurzzeitig hochkant halten.

### Wie lade ich mein Sensorgerät auf?

Legen Sie das Sensorgerät auf die Docking-Station und vergewissern Sie sich, dass die Docking-Station an einer Steckdose angeschlossen ist. Das Sensorgerät sollte jeden Morgen nach der Verwendung aufgeladen werden. Durch die Angewohnheit, die Sensor-Einheit täglich aufzuladen, wird gewährleistet, dass ihr Akkuladestand für die nächste Verwendung ausreicht.

## Fragen

## Antworten

### Welche Funktion hat das Adaptionsprogramm?

Das Adaptionsprogramm von NightBalance soll Sie langsam an die Vibrationen des Sensorgeräts beim Schlafen gewöhnen. Sie müssen NightBalance zunächst 9 Nächte lang verwenden, bevor das Gerät die Positionstherapie in vollem Umfang durchführt.

1. Analysephase

In den ersten beiden Nächten der Therapie gibt das Gerät keine Vibrationen ab. NightBalance sammelt in dieser Phase Referenzdaten über Ihr Schlafmuster. Anhand dieser Daten wird die Therapie anschließend an Ihr individuelles Schlafverhalten angepasst.

2. Aufbauphase

In den Nächten 3 bis 9 beginnt NightBalance, Vibrationen abzugeben. Diese werden allmählich intensiver, wenn Sie auf Ihrem Rücken liegen, damit Sie sich an die Therapie gewöhnen können. Für optimale Therapieergebnisse wird empfohlen, NightBalance jede Nacht oder wie mit Ihrem Arzt besprochen zu verwenden.

### Wie kann ich die App für Mobilgeräte installieren und mich registrieren?

1. Laden Sie die Philips NightBalance App vom Play Store (für Android) oder App Store (für iPhone) auf Ihr Smartphone herunter.
2. Öffnen Sie die Philips NightBalance App. Wählen Sie Ihren Wohnort aus und bestätigen Sie Ihre Auswahl.
3. Wählen Sie als nächstes „Create new account“ (Neues Konto erstellen) und befolgen Sie die Anweisungen in der App. Schließen Sie die Registrierung ab, indem Sie Ihr Konto anhand des Links in der E-Mail aktivieren.

### Wie kann ich mein Sensorgerät koppeln?

Melden Sie sich nach der Aktivierung Ihres Kontos bei der Philips NightBalance App an. Befolgen Sie die Anweisungen in der App, um Ihr Konto zu vervollständigen.

Die App fordert Sie an einer Stelle dazu auf, den Kopplungsbetrieb zu aktivieren, indem Sie das Sensorgerät einschalten und gleichzeitig eine der Navigationstasten drücken. Die Kopplung ermöglicht eine sichere Verbindung zwischen Ihrem Sensorgerät und Smartphone und muss nur einmal durchgeführt werden.

**Achtung:** Aktivieren Sie den Kopplungsbetrieb des Sensorgeräts nur bei der ersten Verwendung.

### Wo erhalte ich Unterstützung für mein NightBalance?

Wenn Sie bereits Besitzer von NightBalance sind, erhalten Sie technische Unterstützung (z. B. bei Verbindungsproblemen) unter der Email-Adresse [support.nightbalance@philips.com](mailto:support.nightbalance@philips.com). Bei allgemeinen Fragen wenden Sie sich gerne an unseren Kundenservice unter der **0800 000 7522**.

