Behandeling

Slaapbeugel (MRA)

Als u het slaapapneusyndroom heeft kan de arts u behandelen met een prothese/beugel in de mond, de MRA.

MRA staat voor Mandibulair Repositie Apparaat. Een MRA bestaat uit 2 losse beugels. Een beugel die u vast klikt op uw boventanden en een beugel die vast klikt op uw ondertanden. De beugel draagt u alleen wanneer u gaat slapen.

De Apneuvereniging geeft meer informatie over de MRA (https://apneuvereniging.nl/ik-heb-apneu/uitgebreide-informatie-over-de-mra/)

(073) 553 86 80

Maandag t/m vrijdag 8.30 – 12.00 uur en van 13.30 - 16.30 uur

De behandeling

Hier leest u alles over de behandeling

Wat is een MRA?

MRA staat voor Mandibulair Repositie Apparaat. Een MRA bestaat uit 2 losse beugels. Een beugel die u vast klikt op uw boventanden en een beugel die vast klikt op uw ondertanden. De beugel draagt u alleen wanneer u gaat slapen.

Wanneer de beide beugels met elkaar worden verbonden gaat uw onderkaak vanzelf naar voren. Hierdoor blijft uw luchtweg open tijdens het slapen. Daardoor worden het snurken en de ademstops (apneus) minder.

Het aanmeten van de MRA

Voor het aanmeten van een MRA verwijst uw behandelend arts u naar de tandarts op de polikliniek KNO.

Voordat u de afspraak heeft bij de tandarts, laat u eerst een foto maken van uw kaakgewricht op de polikliniek Mond-, Kaak- en Aangezichtschirurgie.

Bij het eerste consult maakt de tandarts afdrukken van uw gebit. Met deze afdrukken wordt de beugel voor u precies op maat gemaakt.

Na enkele weken is de beugel klaar en krijgt u een afspraak bij de MRA consulent op de polikliniek. Zij kijkt of de beugel ook echt goed in uw mond past. U komt regelmatig op controle bij de MRA consulent. De consulent kijkt mee hoe de beugel het beste ingesteld kan worden.

Kosten van een MRA

Afhankelijk van het aantal adem stops per uur, vergoedt de zorgverzekering uw MRA beugel. U kunt zelf contact opnemen met uw zorgverzekering om te vragen naar de vergoeding die u krijgt.

Als er geen vergoeding is vanuit de zorgverzekering, moet u de beugel zelf betalen. Uw arts kan u meer informatie geven over de kosten. Er geldt een no cure no pay garantie. Dit betekent dat u een deel van de kosten terug krijgt, als de beugel niet het gewenste effect heeft. U betaalt dan alleen de kosten van het maken van de beugel.

Praktische tips

MijnJBZ

Via MijnJBZ (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz) kunt u zelf een deel van uw persoonlijke en medische gegevens inzien die in het JBZ over u bekend zijn. Dit is mogelijk door in te loggen via mijnjbz.nl of via de MijnJBZ-app: HiX Patiënt (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz/meer-informatie-over-mijnjbz/mijnjbz-app-hix-patient).

Opleidingsziekenhuis

In het JBZ leiden we verpleegkundigen, coassistenten, artsen en andere zorgverleners op. Dit betekent dat bij uw afspraak soms meerdere zorgverleners aanwezig zijn. En het kan zijn dat u onderzocht of behandeld wordt door een zorgverlener in opleiding (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/opleidingsziekenhuis-met-wie-heeft-u-een-afspraak). Deze zorgverlener werkt altijd onder supervisie van een gekwalificeerde zorgverlener.

Bekijk uw zorgverzekering

Controleer zelf vóór een afspraak in het JBZ of uw zorg wordt vergoed:

- Bekijk hier (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/tarieven) met welke zorgverzekeraars het JBZ een contract heeft.
- Het hangt ook af van uw polis of uw zorgverzekeraar alle zorg volledig vergoedt.
- Onze zorg valt voor volwassenen onder het wettelijk eigen risico. Dit betekent dat u ieder jaar eerst een bedrag zelf moet betalen, voordat uw zorgverzekeraar kosten gaat vergoeden.

Gegevens delen

Wilt u dat zorgverleners buiten het Jeroen Bosch Ziekenhuis uw medische gegevens kunnen inzien? Dan moet u het JBZ toestemming geven (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/gegevens-delen) om uw gegevens beschikbaar te stellen.

Betrokken afdelingen

Slaap Waak Centrum (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/slaap-waak-centrum)

Keel-, Neus- en Oorheelkunde (KNO)
(https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/keel-neus-en-oorheelkunde-kno)

Longgeneeskunde (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/longgeneeskunde)

Code SWC-002b

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis