

GESUNDHEITSRISIKO SCHNARCHEN: NEUE DIAGNOSE-APP KLÄRT ÜBER SCHLAFAPNOE AUF



Rund 60 Prozent der deutschen Männer und 40 Prozent der Frauen schnarchen. Nur wenige Betroffene wissen jedoch, dass sich dahinter eine lebensgefährliche Schlafapnoe verbergen kann. Die weltweit führende Klinik zur Behandlung von Schlafapnoe hat nun die Smartphone-App „snore clinic“ entwickelt, die chronischen Schnarchern und ihren Partnern hilft, Risikofaktoren bereits Zuhause zu identifizieren und Hemmschwellen im Umgang mit dem Volksleiden Nr.1 zu reduzieren.

68 So verbreitet Schnarchen auch in vielen Schlafzimmern ist – unschöne Geräusche beim Schlafen werden am liebsten tabuisiert, genervte Partner und getrennte Schlafzimmer dafür in Kauf genommen. Was viele nicht wissen: Starkes Schnarchen kann auf eine lebensbedrohliche Schlafapnoe hindeuten. Ein Schlafapnoe-Syndrom liegt vor, wenn mindestens 10 Atemaussetzer pro Stunde von mehr als 10 Sekunden während des Schlafens auftreten. Das Resultat ist eine ständige Störung des natürlichen Schlafs und eine Unterversorgung des Körpers mit Sauerstoff, die bei den Betroffenen für chronische Übermüdung mit Konzentrationsschwierigkeiten während des Tages sorgen.

Dies führt zu diversen Folgeerkrankungen, wie z. B. Bluthochdruck, Herzrhythmus-Störungen, Impotenz oder Depressionen. „Wer bei sich Anzeichen für eine Schlafapnoe feststellt, sollte sich unbedingt in fachärztliche Behandlung begeben“, rät Prof. Hermann F. Sailer. Ursache für die Schlafapnoe ist ein zu geringes Wachstum beziehungsweise eine Rücklage des Unter- und Oberkiefers, was deutlich im Profil und am meist vorhandenen Doppelkinn erkennbar ist. Mit der Rücklage der Kiefer ist auch eine Rücklage der am Unterkiefer fixierten Zunge verbunden, sodass der Zungengrund im Wachzustand und vor allem im Liegen die

Atemwege teilweise oder ganz blockieren kann. Dies führt zu den lebensbedrohlichen Atemaussetzern, welche vom Patienten selber meistens nicht wahrgenommen werden, da er sich währenddessen in einer entspannten Schlafphase befindet.

Zu diesem Zweck hat die Klinik Prof. Sailer die wissenschaftlich erprobte „snore clinic“ App entwickelt, die nächtliche Schnarchgeräusche analysiert und anzeigt, ob es sich um ein herkömmliches Schnarchen handelt oder ein Verdacht auf Schlafapnoe vorliegt.

Liegt Schlafapnoe vor empfiehlt Professor Sailer eine Behandlungsmethode, die das Schlafapnoe-Syndrom nachhaltig heilt. Sie besteht aus einer operativen Vorbewegung der Kiefer, sodass die Luftwege dauerhaft erweitert werden. Die sog. „Rotation Advancement Operation“ wurde von ihm vor ca. 20 Jahren an der Universitätsklinik Zürich entwickelt und seither über mehr als tausend Mal angewandt. Heute wird sie als Routineoperation an der Klinik Prof. Sailer durchgeführt und ist die weltweit einzige kausale Behandlungsmethode für diese Erkrankung. Patienten, die sich dieser Operation unterzogen haben, sind ihr Leben lang geheilt. Der Patient kann wieder ruhig schlafen, ohne zu schnarchen, durch die normalisierte Sauerstoffsättigung erholt sich das Herz-Kreislauf-System und der Blutdruck sinkt. Es kommt zu Gewichtsreduktion, erhöhter körperlicher Aktivität und die Libido kehrt zurück.

„Voraussetzung für die Heilung einer Schlafapnoe ist jedoch das Wissen um diese Erkrankung, welches leider noch viel zu selten vorhanden ist“, mahnt Professor Sailer eindringlich. Er ist überzeugt, dass seine „snore clinic“ App einen wesentlichen Beitrag zur Sensibilisierung der Bevölkerung leistet, damit Schnarchen nicht mehr als störender Normalzustand

abgetan wird, sondern als vermeintlich lebensbedrohliche Erkrankung, die geheilt werden kann.

Weitere Informationen unter:
www.snoreclinic-app.com
www.schlafapnoe.com

Prof. Hermann F. Sailer.



Als mehrfach honorierter Doktor für Gesichts-, Kiefer- und Oralchirurgie hat er sich vor mehr als 20 Jahren auf die ursächliche Behandlung der sog. obstruktiven Schlafapnoe spezialisiert, zunächst als Direktor der Klinik für Kiefer- und Gesichtschirurgie der Universität Zürich, seit 2000 als Gründer und Chefarzt der Klinik Prof. Sailer in Zürich. „Rotation Advancement Operation“ wurde von ihm vor ca. 20 Jahren an der Universitätsklinik Zürich entwickelt und seither über mehr als tausend Mal angewandt. Patienten, die sich dieser Operation unterzogen haben, sind ihr Leben lang geheilt.