

## CLIPPING - DOKUMENTATION

Somnologie – Band 22, Heft 3, September 2018

Offizielles Organ der Deutschen Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin (DGSM), der Österreichischen Gesellschaft für Schlafmedizin und Schlafforschung (ÖGSM) und der Swiss Society of Sleep Research, Sleep Medicine and Chronobiology (SGSSC)

18.09.2018

### Neuer Patientenfilm erklärt Schlafapnoe Schnarchen: Viel mehr als nur eine Ruhestörung

Erholsamer Schlaf ist eine wichtige Grundlage für das Wohlfühlen und die Gesundheit. Doch nicht jeder hat einen ruhigen Schlaf: Nächtliches Schnarchen ist häufig und meist harmlos. Kommen aber auch noch Atemaussetzer hinzu, besteht ein gesundheitliches Risiko. Der neue TV-Wartezimmer-Patientenfilm „Schlafapnoe (Neurologie)“ erklärt, wie diese ernstzunehmende Schlafstörung entsteht, welche Folgen drohen und was man dagegen tun kann.

Folgen von Schlafapnoe können schnellerer Herzrhythmus, Ausschütten von Stresshormonen, erhöhter Blutdruck sowie erhöhter Blutzuckergehalt sein. Und die betroffenen Patienten haben ein deutlich höheres Risiko für Herzrhythmusstörungen, Herzinfarkt sowie Schlaganfall. Um eine Schlafapnoe zu erkennen, ist eine ausführliche HNO-Untersuchung sowie eine Schlafuntersuchung nötig, letztere kann im Schlaflabor



oder auch zuhause im eigenen Bett erfolgen.

Die daraus resultierenden Behandlungsmöglichkeiten sind individuell: In manchen Fällen kann schon eine geänderte Schlafposition, Gewichtsabnahme oder Alkoholverzicht helfen. Weitere Möglichkeiten sind eine individuelle Aufbisschiene oder Atemmaske, die während des Schlafs getragen werden. Auch eine Operation kann in bestimmten Fällen

zu einer Besserung der Schlafapnoe führen.

Das in Freising ansässige Unternehmen ist das größte Gesundheits-TV-Netzwerk Europas und bietet seinen Kunden insgesamt etwa 800 Patientenfilme über Vorsorgemöglichkeiten und Therapieformen an – 45 davon alleine für den Fachbereich Neurologie.

Foto: © www.tv-wartezimmer.de