

Schlafapnoe Screening

In Deutschland sind 1-2 % der Frauen und 2-4 % der Männer im mittleren Lebensalter vom OSAS (obstruktives Schlaf-Apnoe-Syndrom) betroffen, also etwa 800.000 Menschen.

Nur bei einem Bruchteil dieser Menschen ist die Erkrankung bekannt und kann behandelt werden, um schwere Folgeerkrankungen zu verhindern.

Was versteht man unter einem Schlaf-Apnoe-Syndrom?

Das Schlafapnoe-Syndrom ist eine Erkrankung, die zu Atemstillständen während des Schlafs führt und in erster Linie durch eine ausgeprägte Tagesmüdigkeit sowie einer Reihe weiterer Symptome und Folgeerkrankungen gekennzeichnet ist (s. u.).

Welche Ursachen können zu einem Schlaf-Apnoe-Syndrom führen?

- Polypen, vergrößerte Rachenmandeln oder Nasenscheidewandverkrümmung
- Adipositas (Übergewicht)
- starkes Schnarchen
- Alkoholkonsum, Schlafmittel, Nikotin
- angeborene Fehlbildungen und Fehlstellungen des Unterkiefers oder der Zunge

Welche Beschwerden macht ein Schlaf-Apnoe-Syndrom?

- Durchschlafstörungen
- Tagesmüdigkeit, Einschlafneigung am Tag, Sekundenschlafattacken, Kopfschmerzen
- Mundtrockenheit beim Erwachen
- nächtliches Schwitzen und Wasserlassen
- Konzentrationsstörungen bis hin zu Gedächtnisstörungen
- depressive Verstimmung, Impotenz

Warum ist das Schlaf-Apnoe-Syndrom so gefährlich?

Die Tagesmüdigkeit ist eine der häufigsten Ursachen für den "Sekundenschlaf" am Steuer, so dass ein nicht behandeltes Schlaf-Apnoe-Syndrom zu gefährlichen Verkehrsunfällen führen kann.

Die fehlende Erholung im Schlaf kann zu Depressionen, fehlender körperlicher und geistiger Belastbarkeit und Potenzproblemen führen.

Puls und Blutdruck steigen unbemerkt an, Herzrhythmusstörungen können die Folge sein.

Bei bereits krankem Herz oder Lunge können Herzinfarkt, Schlaganfall und plötzlicher Herztod folgen. Eine "Herzschwäche" kann sich deutlich verschlechtern.

Erhöhte Stresshormone sorgen für eine verminderte Wirkung von Insulin, der Blutzucker steigt.

Wie kann man ein Schlaf-Apnoe-Syndrom feststellen?

Das Polygraphie-Gerät zeichnet über Nacht folgende Körperfunktionen auf:

- Puls
- Sauerstoffgehalt des Blutes

Sollte sich der Verdacht bestätigen, erfolgt eine Überweisung in ein Schlaflabor.

Wie wird ein Schlaf-Apnoe-Syndrom behandelt?

Die Behandlung des Schlaf-Apnoe-Syndroms ist je nach Ausprägung und Ursache sehr unterschiedlich. Ein entsprechend geschulter Schlafmediziner wird die individuell optimale Therapie besprechen und alle weiteren Schritte in die Wege leiten.

Wer sollte sich untersuchen lassen?

- Patienten mit chronischen Herzerkrankungen, Diabetes mellitus, Bluthochdruck, Potenzstörungen und depressiven Erkrankungen
- starke Schnarcher und übergewichtige Patienten
- Patienten, bei denen nächtliche Atemaussetzer bemerkt wurden
- Patienten mit Tagesmüdigkeit, Leistungsknick und Abgeschlagenheit

Herz- & Lungen-Untersuchungen

Herz

- EKG
- Belastungs EKG
- Langzeit EKG
- Langzeit Blutdruckmessung
- Halsschlagaderuntersuchung
- Herzfrequenzvariabilitätsmessung (Stress erkennen)

Lungen

- Lungenfunktion,
- Schlafapnoescreening (Schlafstörung)