

Presse-Mitteilung vom März 2010

Download von www.kuhleemann.de

© 2010 • Dr.med.Ulf Kuhleemann

Veröffentlicht im März 2010 im Extra-Tip

„Killer“ Schlaf-Apnoe

Vorsicht: Schnarchen kann gefährlich sein!

Sie vernichten im Schlaf ganze Wälder und erreichen dabei den Geräuschpegel einer Kettensäge: Schnarcher. Geschätzt 30 Millionen Deutsche leiden daran. Meist wird es den Männern angelastet, denn rund 90 Prozent der nächtlichen Ruhestörer sind männlich. Doch auch Frauen können schnarchen – und Kinder. „Bei krankhaftem Schnarchen kann es im schlimmsten Fall zu ernsthaften Gesundheitsproblemen kommen“, so der Kasseler HNO-Facharzt Dr. Ulf Kuhleemann. Daher muss zunächst abgeklärt werden, ob der Patient ein „normaler“ oder ein „gefährdeter“ Schnarcher ist.

„Bei entsprechenden Symptomen sollte man frühzeitig einen erfahrenen HNO-Facharzt aufsuchen, der einen speziell auf anatomische Engstellen im Nasen- und Rachenraum untersucht.“ Bei schweren Schlafstörungen mit zeitweiligen Atemaussetzern, dem so genannten apnoischen Schnarchen, ist eine diagnostische Abklärung im Schlaflabor empfehlenswert, so Dr. Kuhleemann. „Setzt Ihre Atmung mehr als zehn Mal pro Nacht länger als je zehn Sekunden aus, spricht man von einer obstruktiven Schlafapnoe, also einer Schnarcher-Krankheit, die Ihre Gesundheit ernsthaft gefährden kann“. Deshalb empfiehlt der Spezialist, der auch als Belegarzt am Roten Kreuz Krankenhaus in Kassel arbeitet, das Problem nicht auf die leichte Schulter zu nehmen. Bekommt der Schlafende zu wenig Luft, sind Herz-Kreislauf-Erkrankungen und ein erhöhtes Schlaganfall-Risiko die möglichen Folgen, so Kuhleemann weiter.

„Die Maske“ droht

„Lassen Sie es nicht so weit kommen“, warnt der erfahrene Mediziner, „denn oh-



Wer nachts schnarcht, belästigt damit nicht nur seinen Partner, sondern bringt sich auch selbst in Gefahr. Um unangenehme Folge zu vermeiden, sollte man einen erfahrenen HNO-Arzt aufsuchen. Ein kleiner chirurgischer Eingriff – und schon ist „Ruhe“.

ne eine frühzeitig beginnende Therapie kommt man vermutlich später um das nächtliche Tragen einer Sauerstoffmaske (CPAP) nicht mehr herum“. Sofern operativ korrigierbare Veränderungen der Nase, des Gaumensegels oder des Zäpfchens vorliegen, kann eine Operation als dauerhafte Lösung sinnvoll sein. „Die Be-

gradigung einer verbogenen Nasenscheidewand, die Verkleinerung vergrößerter Nasenmuscheln und eine gegebenenfalls anstehende laserchirurgische Behandlung des Gaumensegels/Zäpfchens führen nicht selten zu exzellenten Ergebnissen“, informiert der Arzt aus dem Vorderen Westen.