



Wenn Schnarchen zur Gefahr wird

Die Chancen, einen stillen Bettnachbarn fürs Leben zu finden, sind gering: Fast jeder vierte Deutsche schnarcht. Viele Schlafzimmer sollten treffender „Schnarchzimmer“ genannt werden. Nächtliches Schnarchen belastet nicht nur die Beziehung, sondern auch die Gesundheit. Denn wenn beim Schnarchen der Atem aussetzt, wird es gefährlich für die Gesundheit!

Junge Menschen schnarchen meist nur gelegentlich, etwa wenn die Nase verstopft ist – beispielsweise bei Allergien gegen Bettfedern und Hausstaubmilben – oder nach übermäßigem Alkoholkonsum. Schuld sind meist zu enge Atemwege, durch die sich die Luft zwängen muss. Grundsätzlich ist diese Veränderung in allen Bereichen des Nasen-Rachenraums möglich. Sie findet sich zum Beispiel oft im Bereich der Nase in Form einer gekrümmten Scheidewand oder einer vergrößerten Nasenmuschel. Sind die Muskeln im Rachen etwa zu schlaff, vibrieren Zäpfchen und Gaumensegel lautstark mit dem Atemstrom. Aber auch große Rachenmandeln, sogenannte Polypen bei Kindern, können Ursache für die unschöne Nachtmusik sein.

Gesundheitsrisiken und Folgen bei Schlafapnoe-Syndrom und zentraler Apnoe:

- Bluthochdruck
- Herzrhythmusstörungen
- erhöhtes Herzinfarkt- und Schlaganfallrisiko
- Tagesmüdigkeit und Sekundenschlaf
- Kopfschmerzen
- Gedeihstörungen bei Kindern

Wenn Sie nachts endlich wieder Ruhe finden möchten, wenden Sie sich an Dr. med. Woltersdorf und sein qualifiziertes Praxis-Team! Weitere Informationen finden Sie auch unter www.hno-praxis-chemnitz.de

In der HNO-Praxis von Dr. med. Wieland Woltersdorf kommt ein mehrstufiges Konzept zur Diagnostik von Schnarchen und schlafbezogenen Atemstörungen zum Tragen. Anhand von Fragebögen (z. B. Epworth sleepiness scale) und einer ausführlichen Anamnese wird die Bedeutung des Schnarchens für den Betroffenen und seine Umgebung genau eingeschätzt. Es folgt eine schmerzlose HNO-ärztliche Spiegeluntersuchung mit hochmodernen Videoendoskopen, sodass der Befund am Monitor direkt mit dem Patienten besprochen werden kann.

Die eigentliche Untersuchung des Schlafs erfolgt mit einem portablen Diagnosegerät (Polygraphiesystem Embetta), welches eine Untersuchung in gewohnter Umgebung zu Hause ermöglicht. Über Nacht werden hiermit die Atmung, die Sauerstoffversorgung und das Schnarchen aufgezeichnet. Nach Auswertung und Interpretation der Befunde lässt sich die spezifische Schlafstruktur beurteilen. Hierfür ist neben der Qualifikation und Erfahrung eine Zulassung zur Diagnostik und Therapie der Schlafapnoe notwendig, über die Dr. med. Wieland Woltersdorf verfügt.

Wege zum gesunden Schlaf

Ziel der Behandlung ist es, das Schnarchen oder die Atemaussetzer zu beheben und gleichzeitig die verloren gegangene Lebensqualität zurückzugewinnen. Das Behandlungsspektrum reicht von der konservativen Behandlung, zum Beispiel mittels „Schnarchschiene“ über die schonende, operative Straffung des weichen Gaumens und der Rachenwand bis hin zur funktionellen Korrektur im Nasenbereich. In einigen Fällen ist die Anpassung einer Atemmaske (sogenanntes CPAP-Gerät) notwendig. ■



HNO PRAXIS für Sprach-, Stimm- und Hörstörungen



Am Rathaus 8
(Gesundheitsamt 5. Etage)
09111 Chemnitz

Tel. 0371 - 66 62 780
Fax 0371 - 66 62 780 9
www.hno-praxis-chemnitz.de

Dr. med. H. W. Wieland Woltersdorf

Facharzt für Hals-, Nasen-, Ohrenkrankheiten
Facharzt für Sprach-, Stimm- und kindliche Hörstörungen
Zusatzbezeichnung: Naturheilverfahren

Montag	8 - 13	14 - 18 Uhr	Donnerstag	10 - 14 Uhr	Privatsprechstunde 14 - 18 Uhr
Dienstag		14 - 18 Uhr	Freitag	8 - 13 Uhr	Privatsprechstunde 14 - 16 Uhr
Mittwoch	8 - 13	14 - 18 Uhr	Samstag		Privatsprechstunde nach Vereinbarung