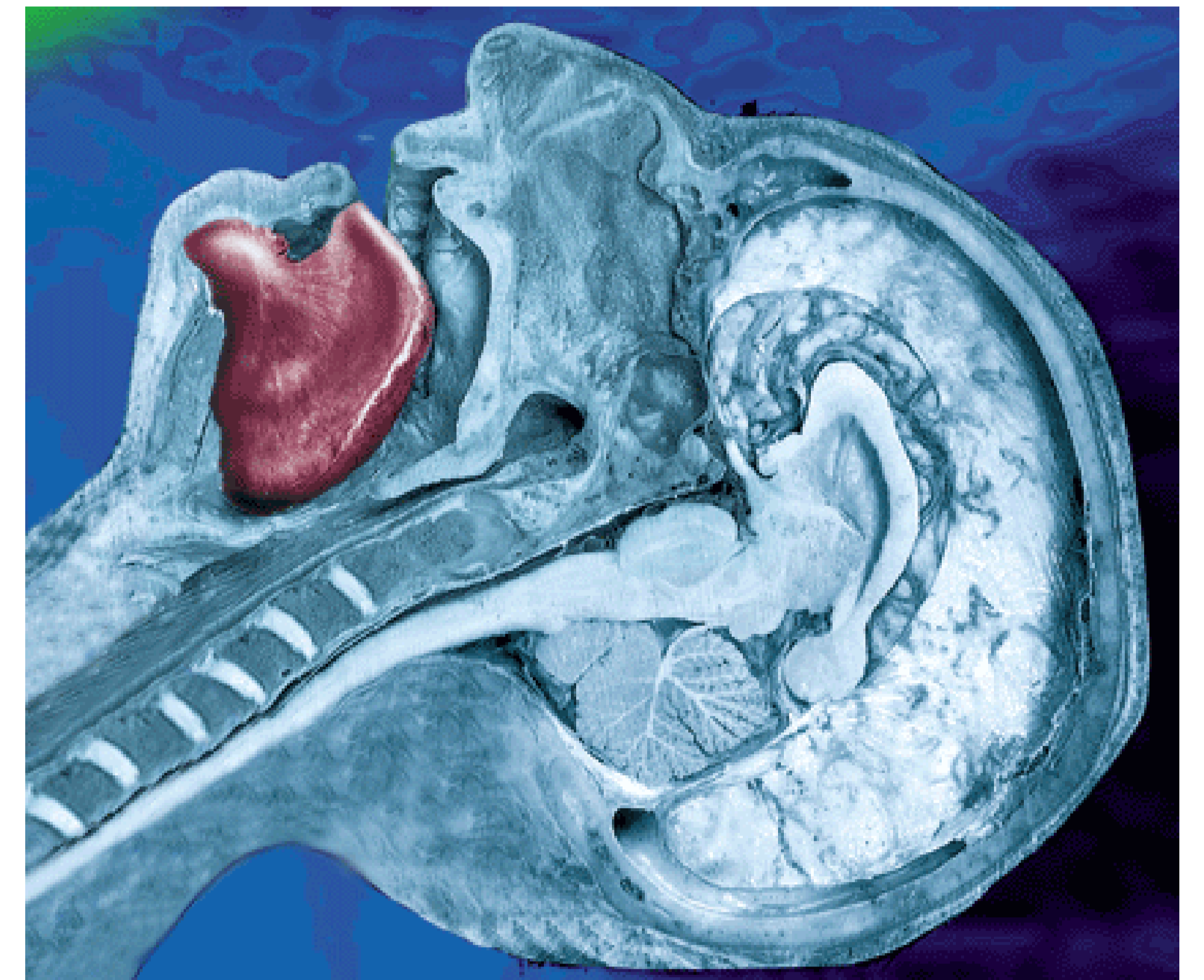


Das obstruktive Schlaf-Apnoe Syndrom

Symptome:

- Lautes, unregelmäßiges Schnarchen = **Leitsymptom!!!**
- Pathologisch erhöhte Tagesmüdigkeit
- Exzessive Einschlafneigung am Tage
- Nächtliche Atempausen
- Unruhiger Schlaf
- Morgendliche Mundtrockenheit
- Morgendliche Kopfschmerzen, Gedächtnis- und Konzentrationsstörungen
- Nykturie
- Vermehrtes nächtliches Schwitzen
- Erwachen mit Atemnot



Diagnostik:

- Anamnese
- Allgemeinmedizinische Untersuchung
- Schlaflaboruntersuchung

Therapie-Möglichkeiten:

- UK-Protrusionsschiene (dient der Erweiterung der Luftwege auf Höhe des Zungengrundes während des Schlafes, um eine Verlegung der Atemwege zu verhindern)
- Oberkiefer- und Unterkieferverlagerungsoperation (dient der Erweiterung der Luftwege auf Höhe der Oberkiefer- und Unterkieferebene, um eine Verlegung der Atemwege zu verhindern)



Ergänzende Therapiemaßnahmen:

- Gewichtsreduktion
- Schlafpositionstraining
- Regelmäßiger Schlaf – Wach – Rhythmus
- Abendliche Alkoholkarenz
- Vermeidung von Schlafmitteln
- Theophyllin als Atemstimulans
- Optimierung bestehender obstruktiver Lungenerkrankungen
- Schlafhygiene