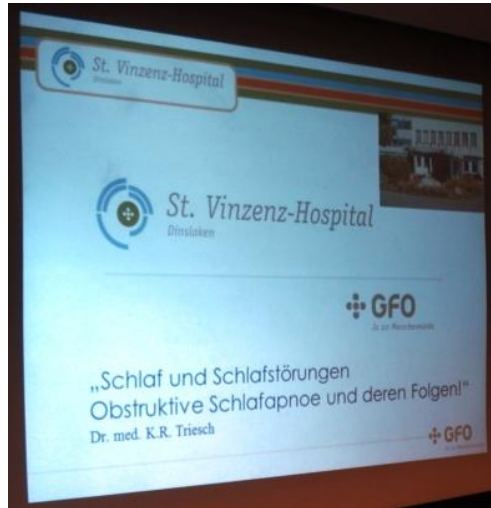


Info-Veranstaltung „Schlafapnoe“



Der VdK Ortsverband Voerde-Friedrichsfeld hatte alle seine Mitglieder und Freunde zur Infoveranstaltung, mit dem Thema: „**Schlafapnoe**“, in die Gaststätte „Zur Kutsche“ eingeladen.

61 Personen meldeten sich hierzu an. 54 Mitglieder und Gäste nahmen an dieser Info-Veranstaltung teil und waren von dem Vortrag beeindruckt.

Es referierte **Dr. med. Kai Roger Triesch** vom St. Vinzenz-Hospital, Dinslaken.

„Schlaf und Schlafstörungen Obstruktive Schlafapnoe und deren Folgen“

Bei einer Schlafapnoe mit erhöhter Tagesmüdigkeit (auch Schlafapnoe-Syndrom, SAS genannt) kommt es während des Schlafs immer wieder zu längeren Atemstillständen (medizinisch Apnoe). Ursache sind meist verengte Atemwege, zum Beispiel durch eine entsprechende Veranlagung oder Übergewicht.



Durch die Atempausen sinkt der Sauerstoffgehalt im Blut immer wieder bedrohlich ab – bis der Körper "Alarm schlägt". Der Betroffene wird kurz wach und holt Luft. Oft bleiben diese vielen nächtlichen Weckreaktionen unbemerkt. Sie stören jedoch den Schlaf, so dass es zu Symptomen wie starker Müdigkeit am Tag und Konzentrationsschwäche kommt.

Weil viele Schlafapnoe-Patienten stark schnarchen, sind es häufig die Partner, denen die Atemaussetzer auffallen.

Der Verdacht auf eine Schlafapnoe sollte auf jeden Fall vom Arzt diagnostisch eingeordnet werden. Denn die Schlafstörung kann ernste Folgen wie Bluthochdruck oder erhöhte Tagesschläfrigkeit mit unwillkürlichem Einschlafen zum Beispiel am Steuer haben. Die Gefahr für einen Herzinfarkt, Schlaganfall sowie die Unfallgefahr steigt.



Um die Verdachtsdiagnose zu sichern, wird der Schlaf des Betroffenen – zum Beispiel mit einem ambulant verwendbaren Messgerät oder in einem Schlaflabor – untersucht. Die Therapie richtet sich nach der Ursache und Stärke der Beschwerden. In vielen Fällen bewährt sich eine spezielle Atemmaske, die nachts getragen wird.

Die Schlafapnoe gilt als relativ häufig. Schätzungen zufolge sind etwa vier Prozent der Männer im mittleren Lebensalter betroffen; bei den Frauen sind es etwa zwei Prozent.

Nach dem Vortrag wurde von Herrn Dr. Triesch noch Fragen zur Thematik beantwortet.

Gez. Manfred Goeke
Stellv. Vorsitzender