

Störendes Schnarchen muss nicht sein

Vortrag am Kreisklinikum Landau über OSAS – Innovative Technologie als Behandlungsmethoden

Von Andrea Luderer-Ostner

Landau. Schnarchen ist nicht nur ein soziales Problem. Leider auch in vielen Fällen ein Anatomisches, und nur mit Hilfe der modernen Medizin zu beheben. Über Ursachen, gesundheitliche Schäden und operative Abhilfen informierte am Donnerstagabend Dr. Jesus Bujia am Kreisklinikum Landau in Zusammenarbeit mit der Vortragsreihe des Gesundheitsforums.

„Schnarchgeräusche stören nicht nur den Partner, sondern können Anzeichen von schwerwiegenden gesundheitlichen Problemen sein, vor allem wenn diese mit Atemaussetzern verbunden sind“, erklärte Bujia eingangs. Im Schlaf kommt es bei jedem Menschen zu einer Entspannung und damit auch zu einer Erschlaffung der Muskulatur, insbesondere der im Nasen-Rachen-Raum. Die erschlaffte Muskulatur wird durch den Luftstrom beim Ein- und Ausatmen in Schwingungen versetzt – dem Schnarchen. Meist liegt bei Schnarchern neben einer nächtlichen Beeinträchtigung der Nasenatmung auch das Problem eines sogenannten „schlafenden“ Gaumens mit einem verlängerten Zäpfchen vor.

Weiter informierte Dr. Jesus Bujia über die Arten des Schnarchens. „Unterschieden wird hier zwischen einem Schnarchen mit und ohne Atemstörungen“, so der praktizierende Mediziner aus Dingolfing. Sind der Atemrhythmus oder die Schlafqualität nicht gestört, spricht man von einem einfachen und primären Schnarchen. „Bei einem apnoischen Schnarchen kann zeitweilig ein kompletter Verschluss der oberen Luftwe-



Über das Schnarchen informierten sich viele Zuhörer.

– F: al

ge entstehen und es damit zu Atempausen kommen, die länger als zehn Sekunden andauern“, warnte der Experte nachdrücklich. „Dies ist ein Fall eines obstruktiven Schlafapnoe-Syndrom (OSAS) und verursacht Gesundheitsstörungen“, erklärte der Mediziner. Ausgeprägte Tagesmüdigkeit, morgendliche Kopfschmerzen, Bluthochdruck, Herz-Lungen-Erkrankungen, Depressionen und ein erhöhtes Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall sind die möglichen Folgen von OSAS.

Ursachen des Schnarchens sind neben der Behinderung der Nasenatmung auch Auffälligkeiten im Rachenbereich. „Schlafte Gaumensegel, ein langes und voluminöses Zäpfchen und vergrößerte Gaumenmandeln sind hier die Ursache“, erklärte Bujia. Aber auch Übergewicht, Genuss von Alkohol am Abend und die Einnahme von

Schlaftabletten kann dieses Schnarch-Syndrom verursachen. Bei ersten Vermutungen von Schlafapnoe riet der Mediziner, keine Scheu vor dem ersten Arztbesuch zu zeigen. „Mit einem Schlafüberwachungsgerät wird der Patient erst einmal nach Hause geschickt und über mehrere Tage beobachtet“, so Dr. Bujia. Das Überwachungsgerät erstellt Aufzeichnungen über die Herzaktivität, Blutdruck und die Sauerstoffsättigung im Blutkreislauf. „Die Sauerstoffsättigung bewertet, wie viele Apnoe-Phasen der Patient in einer Nacht durchwandert. Dies ist auch der ausschlaggebende Punkt für einen Besuch im Schlaflabor“, erklärte der Mediziner.

Bisher gab es verschiedene Methoden, den weichen Gaumen zu straffen, das Zäpfchen zu kürzen und die Nasenmuscheln zu verkleinern. Diese sind mechanisch



Dr. Jesus Bujia informierte über Ursachen und Abhilfe des Schnarchens.

mit einer speziellen Schere oder thermisch mit Laser behandelt worden. Revolutionär ist jedoch die „Schnarch-Operation“ mit der so genannten Coblation-Technik. Dies ist eine innovative Technologie, welche effektiv weiches Gewebe unter Einsatz von Radiofrequenzenergie und einer Kochsalzlösung abträgt. Hier werden in der Schleimhaut künstliche Vernarbungen erzeugt, die zu einer Straffung des Gewebes führen. „Dieser Eingriff findet unter örtlicher Betäubung statt und dauert nicht länger als 15 Minuten“, erklärte der Mediziner den erstaunten Zuhörern.

Der Arzt führt dabei ein nadelartiges Instrument in den Gaumen ein und aktiviert eine Sonde für etwa zehn bis 15 Sekunden, um das Gewebe zu straffen. „Der Eingriff ist weitestgehend schmerzlos und unblutig“, erklärte abschließend der Mediziner.