

Obstruktive Schlafapnoe – die unterschätzte Volkskrankheit

Christian Lehmann war erst 29 Jahre alt, als sein Hausarzt das erste Mal von einer obstruktiven Schlafapnoe sprach. Eine schwere Tagesmüdigkeit, Sekundenschlaf bei der Arbeit sowie starke Kopfschmerzen hatte er abklären lassen wollen und dabei eher einen Mangel im Verdacht oder seinen stressigen Berufsalltag als IT-Spezialist.

Doch als der Arzt dann fragte, ob seine Freundin sich öfter über lautes Schnarchen bzw. Luftschnappen beschwerte, und er bejahte, erhärtete sich der Verdacht.

Über 95% der Betroffenen in Deutschland sind nicht diagnostiziert oder therapiert¹

Lautes Schnarchen und Tagesmüdigkeit können Indizien für eine obstruktive Schlafapnoe (OSA) sein. Die obstruktive Schlafapnoe ist eine Erkrankung, die rund 20 Millionen Menschen in Deutschland betrifft und doch kaum bekannt ist.¹

Immer wieder stockt den Betroffenen nachts der Atem. Die oberen Atemwege verschließen, weil der Zungenmuskel und benachbarte Bereiche erschlaffen. Die Atmung setzt aus, der Sauerstoffgehalt im Blut sinkt. Es folgen u.a. kurze körperliche Weckreaktionen, die zu einem nicht erholsamen Schlaf führen.

Woran erkennt man eine OSA?

Häufig ist eine OSA mit lautem Schnarchen verbunden. Normalerweise ist Schnarchen zwar lästig, aber aus gesundheitlicher Sicht zunächst harmlos. Tagsüber sind Betroffene oft müde, trotz ausreichender Schlafdauer. Oft werden Konzentrationsprobleme oder ein Leistungsabfall beobachtet. Dazu kommen morgendliche Kopfschmerzen oder Potenzstörungen.

Unbehandelt erhöht eine obstruktive Schlafapnoe auf Dauer das Risiko für die Entstehung kardiovaskulärer Erkrankungen. Dazu gehören zum Beispiel Bluthochdruck, Herzinfarkt, Schlaganfall oder Herzrhythmusstörungen. Weitere mögliche Folgeerkrankungen sind Diabetes Typ 2 sowie Depressionen.

Welche Therapiemethoden gibt es?

Therapiestandard ist die Behandlung mit einer sogenannten CPAP Maske (CPAP

= Continuous Positive Airway Pressure), welche die Atemwege durch leichten Überdruck offenhält – eine wirkungsvolle Therapie.

Doch viele Betroffene fühlen sich durch das Gerät unwohl oder klagen über Nebenwirkungen wie Mundtrockenheit, eine gereizte oder verstopfte Nase sowie Druckstellen. Daher brechen etliche Patienten diese Behandlung – trotz aller Bemühungen – irgendwann ab. Standardmäßig kam auch bei Christian Lehmann die CPAP Maske zum Einsatz. Doch nach

„Eine obstruktive Schlafapnoe und damit ein nicht erholsamer Schlaf verschlechtert die Lebensqualität der Betroffenen maßgeblich und kann schwerwiegende Folgen haben.“

Holger Wöhrle
Schlaf- und
Beatmungszentrum
Blaubeuren/Lungen-
zentrum Ulm



einiger Zeit stellten sich erste Nebenwirkungen ein. Christian Lehmann litt zusehends unter trockenen Schleimhäuten und Hautreizungen. Doch viel schlimmer waren die Panikattacken, die er unter der Maske entwickelte und die ihn dann auch tagsüber nicht mehr losließen. Frustriert brach er die Therapie trotz eisernen Willens nach 3 Jahren ab.

Wie funktioniert die Inspire Therapie mit dem Zungenschnittmacher?

Betroffenen, die an einer OSA leiden und mit der CPAP-Maske nicht zurechtkommen, kann die Inspire Therapie eine wirkungsvolle Alternative bieten.

Die Inspire Therapie funktioniert auf Knopfdruck und arbeitet im Einklang mit dem natürlichen Atemrhythmus. Dieser wird während des Schlafens kontinuierlich gemessen. Durch eine milde Stimu-

lation werden auf natürlicher Grundlage die Atemwege offengehalten und der Schlaf in seiner Qualität unterstützt. Die Stimulation ist dabei so sanft, dass Betroffene nachts nicht gestört werden und morgens erholt aufwachen.

In den sozialen Medien stieß Christian Lehmann schließlich auf diese vielversprechende Therapie. Der Termin zum Erstgespräch im nahe gelegenen Behandlungszentrum war schnell gemacht. Das Inspire System wurde bereits wenige Wochen später eingesetzt. Seit der Aktivierung des Systems ist er wie ausgewechselt, fühlt sich ausgeruht und ist voller Tatendrang.

Die Therapie kann Christian Lehmann über eine kleine Fernbedienung selbst steuern: Auf Knopfdruck aktiviert er das System abends vor dem Zubettgehen – und schaltet es am Morgen nach dem Erwachen wieder ab.

„Energie, die ich als frischgebackener Papa gut gebrauchen kann“, freut er sich und ergänzt verschmitzt „Schlaflose Nächte gibt es bisweilen immer noch, aber diesmal nicht wegen der OSA!“

Für wen eignet sich der Zungenschnittmacher?

Für Betroffene mit OSA kann die Inspire Therapie eine Alternative sein, wenn:

- sie an einer mittleren bis schweren obstruktiven Schlafapnoe leiden.
- bei ihnen die CPAP-Therapie nicht ausreichend wirkt oder die Maske Probleme bereitet.
- sie nicht zu stark übergewichtig sind (Body Mass Index (BMI) unter 35).

Die Kosten für die innovative Therapie übernehmen in diesem Fall die gesetzlichen Krankenkassen.

90% der Bettpartner berichten von keinem oder nur noch leichtem Schnarchen der Betroffenen.³

94% der Betroffenen geben an, mit der Inspire Therapie zufrieden zu sein.²

Tschüss obstruktive Schlafapnoe

Hallo

Leben!

„Frisch und ausgeruht –
statt müde und abgekämpft!“

Christian Lehmann (39), IT Spezialist



Entdecken Sie
die Therapie auf
Knopfdruck –
die Alternative nach CPAP.

☎ 0800 / 000 978 90

🌐 www.therapie-auf-knopfdruck.de

 **Inspire**
Sleep Apnea Innovation

Diese fiktive Patientengeschichte ist inspiriert von typischen Erfahrungsberichten. Weitere Informationen zur obstruktiven Schlafapnoe und ihrer Behandlung sowie wichtige Sicherheitsinformationen finden Sie unter www.therapie-auf-knopfdruck.de. Hier erfahren Sie auch, in welchen Kliniken in der Nähe Ihres Wohnorts ein Zungenschrittmacher implantiert werden kann. Sie können auch die Telefon-Hotline unter **0800 / 000 978 90** anrufen.