



Erholsamer Schlaf. Dr. Christoph Arntzen (r.), Chefarzt für Innere Medizin im Krankenhaus Angermünde, behandelt einen Patienten mit einer Schlafapnoe. Eine Atemmaske schützt vor den gefährlichen Atemaussetzern in der Nacht.

Foto: GLG/Andreas Gericke

Wenn Schnarchen gefährlich wird

Schlaflabor im Krankenhaus Angermünde diagnostiziert Apnoe

VON DANIELA WINDOLFF

Schlafen ist ein Grundbedürfnis des Menschen. Gestörter Schlaf kann viele Ursachen haben und zugleich Ursache vieler Erkrankungen sein. Besonders quälenden Schlafstörungen können Ärzte im Schlaflabor auf den Grund gehen. Im Angermünder Krankenhaus wird der „Laborschlaf“ vor allem in der Wechselwirkung mit Lungenerkrankungen untersucht. Hier ist man dem Schnarchen auf der Spur, das keineswegs immer nur lästig aber harmlos ist.

Die sogenannte Schlafapnoe gehört zu den häufigsten und gefährlichsten Schlafstörungen. Das ist ein Atemstillstand während des Schlafes, der mindestens zehn Sekunden anhält und mehr als fünfmal pro Stunde auftritt. Wenn sich im Schlaf die Muskeln entspannen, verengen sich die oberen Atemwege. Durch eine spontane Weckreaktion setzt der Atem wieder ein. Der Vorgang wird meist durch lautes Schnarchen begleitet.

Auch Bruno B. litt unter Schlafapnoe, ohne es jedoch zu wissen. Den Berufskraftfahrer quälte seit langem eine Tagesmüdigkeit und Erschöpfung. Erst als er durch Sekundenschlaf einen Unfall verursachte, vertraute er sich seinem

Hausarzt an. „Wenn ich passiv bin, nur sitze und zuhöre, dann werden meine Lider schwer, die Konzentration schwindet, und es ist ein regelrechter Kampf gegen das Einschlafen“, erzählt der 55-Jährige. Er selbst sah die Ursache für seinen chronischen Ermüdungszustand im beruflichen Dauerstress.

„Im Schlaflabor zeigte sich aber eine ausgeprägte Schlafapnoe“, berichtet Dr. Christoph Arntzen, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin im Krankenhaus Angermünde. „Der Patient hatte mehr als 30 Atemaussetzer pro Stunde im Schlaf.“

Das Schlaflabor des Krankenhauses ist auf die Diagnostik von schlafbezogenen Atmungsstörungen spezialisiert. „Manche Betroffene haben über 300 Atempausen pro Nacht“, sagt Dr. Christoph Arntzen. Die ungewollten Atemstillstände stören nicht nur den Schlaf, sondern führen auch zum Sauerstoffmangel und belasten das Herz-Kreislauf-System. Ein zu hoher Blutdruck kann die Folge sein, das Risiko für Schlaganfall und Herzinfarkt ist ebenfalls deutlich erhöht.

Betroffene sollten Übergewicht abbauen, auf Schlafmittel und Alkohol verzichten und unregelmäßige Schlafenszeiten

und übermäßigen Stress möglichst vermeiden. Die nächtliche Schlafapnoe kann mit einer Atemmaske behandelt werden, die im Schlaflabor dem speziellen Bedarf angepasst wird.

„Diese Therapie – in der Fachsprache CPAP genannt – ist ausgesprochen wirkungsvoll“, erklärt Dr. Christoph Arntzen. „Über eine Nasenmaske wird ein leichter Überdruck in den Atemwegen erzeugt. Dadurch werden die Atemwege von innen her geschient, also offen gehalten. Den Patienten geht es sofort besser, weil sie endlich ruhig durchschlafen können.“

Zur Diagnose und Behandlung werden die Patienten in der Regel nach einer ambulanten Voruntersuchung beim Lungenfacharzt und HNO-Arzt an das Schlaflabor überwiesen. „Neben der Schlafapnoe-Behandlung leiten wir in unserem Schlaflabor u. a. auch die Heimbeatmung bei vielen neuromuskulären Erkrankungen ein“, sagt Dr. Christoph Arntzen.

Hierzu zählen Wirbelsäulenfehlbildungen mit erschwelter Atmung, chronische Muskelschwäche. Kontakt: Klinik für Innere Medizin/Schlaflabor, KH Angermünde, Rudolf-Breitscheid-Str. 37, Telefon 03331 271-0