

## **VOLKSKRANKHEIT SCHLAFAPNOE**

**Müde, unkonzentriert und ständig schlapp? Das muss nicht sein! Machen Sie Schluss mit einem Alltag auf Sparflamme und verschenken Sie keine wertvolle Lebenszeit – eine einfache Untersuchung schafft Gewissheit und ist der erste Schritt zu mehr Lebensqualität!**

Bei Schlafapnoe werden oft zuerst die Angehörigen der Betroffene aufmerksam – nicht zuletzt wegen der quälenden Schnarchgeräusche, die mitunter die Lautstärkepegel eines Presslufthammers erreichen können. Gefährlich ist das Schlafapnoe-Syndrom jedoch wegen seiner wiederholten Atemaussetzer, die zu einem Sauerstoffmangel und damit zu einer starken Belastung für Herz und Kreislauf führen. Bis zu 600 mal kann einem pro Nacht dabei buchstäblich die Luft wegbleiben. Ein erholsamer Schlaf ist kaum noch möglich – Tagesmüdigkeit, Konzentrationsschwäche und allgemeiner Leistungsabfall sind die Folgen. Unbehandelt kann diese nächtliche Atemstörung schwerwiegende Erkrankungen wie Bluthochdruck, Herzinfarkt und Schlaganfall nach sich ziehen. Darüber hinaus werden auch Herzschwäche, Übergewicht, Diabetes, Depressionen und Nierenversagen sowie Impotenz und Libidoverlust mit Schlafapnoe in Verbindung gebracht.

**Ganz wichtig ist das frühzeitige Erkennen der Schlafapnoe, denn nach der Diagnose ist die Krankheit zu 100 % behandelbar. Ernsthaft und lebensbedrohende Folgeschäden können verhindert werden und bereits bestehende Beschwerden lassen sich positiv beeinflussen.**

Wenn Sie als Ursache Ihrer Beschwerden eine Schlafapnoe vermuten, sprechen Sie Ihren Arzt darauf an. Mit einer einfachen Untersuchung gewinnen Sie quasi „über Nacht“ Gewissheit, ob das Risiko für eine Schlafapnoe-Erkrankung bei Ihnen erhöht ist.



Dazu wird während der Nacht völlig schmerzlos der Sauerstoffgehalt Ihres Blutes gemessen. Sie stecken sich hierfür lediglich einen kleinen Sensor auf einen Ihrer Finger und befestigen das Gerät an Ihrem Handgelenk wie eine Armbanduhr. Die Messung startet automatisch – Sie können wie gewohnt ins Bett gehen und schlafen. Die Auswertung erfolgt anschließend bei Ihrem Arzt. Er kann anhand der Messung erkennen, ob bei Ihnen im Schlaf die gefährlichen Sauerstoffmangelzustände auftreten. In diesem Fall wird er mit Ihnen das weitere Vorgehen besprechen und die notwendigen Schritte einleiten.

**Sprechen Sie mit Ihrem Arzt!**

[www.idoc.de](http://www.idoc.de)