

## **Pressemitteilung**

Gesundheit/Medizin/HNO

### **Zeitbombe im Schlafzimmer: Schnarcher leben mit tödlichem Risiko**

Sanftes OP-Verfahren befreit rund 25 Millionen Betroffene<sup>1</sup> von ihrem Leiden

Köln, 26. Januar 2005 – Nach einem anstrengenden Tag ist die Freude auf die wohlverdiente Nachtruhe groß. Doch fast jedem dritten Bürger in Deutschland bleibt die Nachtruhe versagt: In Millionen deutschen Schlafzimmern ist der Frust groß – von nächtlicher Erholung keine Rede. Lautstärken vom Brummen eines Kühlschranks bis hin zur Geräuschkulisse eines LKW rauben den letzten Nerv. Aber Schnarchen stört nicht nur die Bettruhe, sondern macht tatsächlich krank. Nach durchschnarchter Nacht sind die Betroffenen matt und starten müde in den Alltag. „Außerdem wird oft beobachtet, dass der Schnarcher, um selbst seinen Geräuschen zu entgehen, gelegentlich den Atem anhält. Der lebenswichtige Sauerstoff im Blut fällt ab“, erklärt Privatdozent Dr. med. Ronald Matthias, Facharzt für Hals-, Nasen-, Ohrenheilkunde in der Klinik am Ring in Köln. Je länger das Schnarchen unbehandelt bleibt und wiederholt gefährliche Atemaussetzer (Fachausdruck: Schlafapnoe) auftreten, sind Bluthochdruck, Herzrhythmusstörungen und ein deutlich erhöhtes Schlaganfall- und Herzinfarkttrisiko die Folge. Die häufigste Ursache für die Fehlfunktion ist eine verkrümmte Nasenscheidewand. Sie verhindert das lautlose Luft holen, kann aber bereits durch einen kleinen operativen Eingriff behoben werden. „Die Korrektur der Nase dauert lediglich 40 Minuten und ist völlig schmerzfrei“, so Privatdozent Dr. Matthias. „Auf diesem einfachen Weg gelingt es uns, fast 100 Prozent der Betroffenen dauerhaft zu helfen und ihnen ein normales Leben zu ermöglichen.“ Bei der OP wird in der Klinik am Ring auf das Legen von Nasentamponaden verzichtet, um den Patienten inzwischen unnötige Schmerzen zu ersparen.

#### **Mundatmung – wenn der Atem stockt**

Schnarchen deutet auf eine Verengung der Atemwege und die Erschlaffung von Zäpfchen und Gaumensegel hin. Die typischen Schnarchgeräusche entstehen bei der Anstrengung, durch den Mund Luft zu holen. Dabei beginnen die Weichteile im Mund zu vibrieren und verursachen das laute, sägende Schnarchgeräusch. Zu den häufigsten Gründen für die nächtliche Mundatmung zählt – neben anatomischen Verformungen – die Anschwellung der Nasenschleimhäute, ausgelöst durch Nasennebenhöhlenentzündungen, Allergien und bestimm-

---

<sup>1</sup> Quelle: [www.uni-marburg.de](http://www.uni-marburg.de)

te Medikamente. Auch vermehrter Alkohol- und Nikotingenuss sowie Übergewicht begünstigen das Schnarchen. Es gibt die sogenannten „Gewohnheitsschnarcher“, die z. B. aufgrund schlechter Zimmerbelüftung und falscher Betteinstellung schnarchen. Ihre Gesundheit ist nicht gefährdet, da sie nicht täglich schnarchen und keine Atemaussetzer entwickeln. Anders verhält es sich bei Menschen, bei denen eine behinderte Nasenatmung durch anatomische Verformungen der Nase, meist Nasenscheidewandverkrümmungen, oder Verengungen im Mundbereich ursächlich für das Schnarchen verantwortlich sind. Gefährlich wird es, wenn der Betroffene jede Nacht schnarcht, dazu sehr laute, in hoher Frequenz, röchelnde Geräusche von sich gibt, häufige Atemaussetzer hat und sehr unruhig schläft. In diesen Fällen birgt Schnarchen ein tödliches Risiko.

### **Dauerhaft schnarchfreie Nächte dank schmerzfreier OP**

Die Methoden, um Schnarchern zu helfen, sind vielfältig und reichen von medikamentöser Behandlung, über eine Überdruckbeatmungsmaske bis hin zu operativen Eingriffen, bei denen Nasenatmungsbehinderungen behoben oder der Gaumen gestrafft wird, um die Atmung zu verbessern. „Wir empfehlen, dass grundsätzlich immer erst die Nase und anschließend, wenn nötig, das Zäpfchen chirurgisch verändert wird, da das Schnarchen meist schon nach der ersten OP verschwindet“, erklärt Privatdozent Dr. Matthias. In der Klinik am Ring werden täglich vier bis fünf Nasenscheidewände gerichtet – das macht rund 1.200 OP's im Jahr. Der besonders sanfte Eingriff dauert nur 40 Minuten und erspart den Patienten nach der OP unnötige Schmerzen, da die Klinik am Ring als einzige Klinik in Deutschland auf Nasentamponaden verzichtet. „Seit wir keine Nasentamponaden mehr verwenden, hat sich auch die eh schon geringe Nachblutungshäufigkeit nochmals um 50 Prozent reduziert und die sonst wöchentlichen Klinikaufenthalte sind nicht mehr erforderlich“, beschreibt Privatdozent Dr. Matthias die Vorteile. Nach Wunsch des Patienten kann der Eingriff ambulant oder stationär vorgenommen werden. Aber egal, ob ambulant oder stationär – wichtig ist, dass die Patienten etwa 14 Tage Ruhe halten und sich nicht anstrengen. Wie bei allen operativen Eingriffen gilt: Wählen Sie eine Klinik, die Routine in einem solchen Eingriff hat.

**[www.klinik-am-ring.de](http://www.klinik-am-ring.de)**

#### **Bitte beachten:**

Für Rückfragen erreichen Sie Christina Mergemeier unter 0211 - 51 60 45-225.

Gerne helfen wir Ihnen bei der Organisation von (Hörfunk-) Interviews mit den Experten bzw. Fernsehaufnahmen.

Klinik am Ring, Hohenstauenring 28, 50674 Köln

(Medical Consulting Group, Gesellschaft für Medizinberatung mbH, Christina Mergemeier, Mörsenbroicher Weg 200, 40470 Düsseldorf, Tel. 0211-516045-225, Fax 0211-966 00 66, E-Mail: [christina.mergemeier@medical-consulting.de](mailto:christina.mergemeier@medical-consulting.de))