

# Therapie nächtlicher Atemstörungen und Atemstillstände



# Wir verhelfen Ihnen zu einem ruhigen und gesunden Schlaf

Nicht selten geht Schnarchen mit nächtlichen Atemstörungen einher. Vom häufigsten dieser Leiden, der sogenannten «Schlafapnoe», sind rund 10 Prozent der Bevölkerung mit unterschiedlich schwerer Ausprägung betroffen.

Das griechische Wort Apnoe (ausgesprochen apnō) bedeutet Atemstillstand. Häufige, kurze Atemstillstände während des Schlafs nennt man Schlafapnoe. Alle Symptome und gesundheitlichen Folgen, die durch die Atemstillstände verursacht werden, bezeichnet man als Schlafapnoe-Syndrom.

Bei Patientinnen und Patienten, die von einer Schlafapnoe betroffen sind, treten während des Schlafs Atemstillstände auf. Diese können zu teilweise gravierenden Spätfolgen führen, da das Hirn mit zu wenig Sauerstoff versorgt und das Herz durch den Stress belastet wird.

## Symptome und Diagnose der nächtlichen Atemstörung

Häufige Symptome sind Tagesmüdigkeit und/oder Schläfrigkeit. Weitere Symptome können Schnarchen, Kopfschmerzen, «Herzrasen» und Konzentrationsstörungen sein.

Heute steht uns eine grosse und ausgereifte Palette an Diagnostikgeräten zur Verfügung, um eine Schlafapnoe zu erkennen. Dank des technischen Fortschritts können die Patientin oder der Patient meist zu Hause untersucht werden. Dabei registriert und speichert ein tragbares Messgerät Atemstörungen, Sauerstoffsättigung und Herzfrequenz während des Schlafs. Komplexere Fälle klären wir im Schlafzentrum des GZO Spital Wetzikon ab.

### Therapie der Schlafapnoe

Liegt eine Schlafapnoe vor, müssen die verschiedenen Therapiemöglichkeiten mit der Patientin oder dem Patienten besprochen werden. Die erste Wahl ist meist die «nCPAP-Therapie», eine nächtliche Überdruckbeatmung, bei der Raumluft in einer Turbine beschleunigt und über eine Nasen- oder Mundmaske an die betroffene Person abgegeben wird. Das Gerät ermittelt automatisch, ob die Atemwege offen sind und erhöht falls nötig den Druck.

Die heutigen Geräte sind klein, leise und einfach zu bedienen. Sie lassen sich individuell auf die Bedürfnisse jedes Einzelnen einstellen. Die Gerätetherapie stellt eine optimale und effiziente Langzeittherapie sicher.

### Klassifizierung der Schlafapnoe

Apnoe-/Hypopnoe-Index (AHI)  
nach Anzahl Aussetzer pro Stunde

|         |                             |
|---------|-----------------------------|
| <5/h    | ■ normal                    |
| 5-15/h  | ■ leichte Schlafapnoe       |
| 15-30/h | ■ mittelschwere Schlafapnoe |
| >30/h   | ■ schwere Schlafapnoe       |



Wir zeigen Ihnen die Vorteile verschiedener Therapiegeräte. Gemeinsam wählen wir die für Sie bequemste Maske aus.



Die heutigen Schlafmasken sind leise und einfach zu bedienen.

## Das Somnicare-Team mit Stützpunkt am GZO Spital Wetzikon



Dr. med. Michael Huber

Spezialist für Lungen-  
und Schlafmedizin,  
Ärztlicher Leiter  
Pneumologie, Somno-  
logie, Somnicare



Sarah Früh

Betriebsleiterin Pneu-  
mologie, Somnologie,  
Somnicare



Patricia Zeltner

Stv. Betriebsleiterin  
Pneumologie, Somno-  
logie, Somnicare



Vera Hahn

Pflegefachfrau  
Pneumologie

Somnicare  
GZO Partner AG  
Spitalstrasse 66  
8620 Wetzikon  
Telefon 044 934 29 11  
[www.gzo.ch](http://www.gzo.ch)