

DAS SCHLAFLABOR IM KREISKRANKEN- HAUS LÖRRACH

In unserem Schlaflabor werden hauptsächlich nächtliche Atemstörungen, aber auch andere schlafbezogene Störungen diagnostiziert und behandelt. Mit Messungen am Tag können Tagesschläfrigkeit und andere Störungen diagnostiziert werden.

Es besteht eine enge Zusammenarbeit mit niedergelassenen Pneumologen (Lungenfachärzten), Internisten, HNO-Ärzten, Neurologen, Kardiologen und anderen Fachrichtungen.

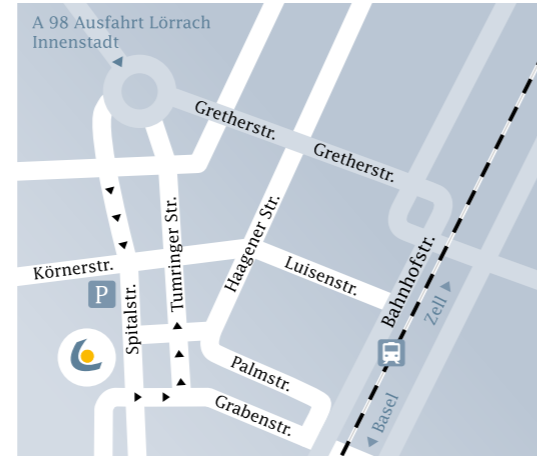
Das Schlaflabor Lörrach wurde im November 2002 eröffnet und verfügt über vier Messplätze. Seit 2005 ist das Schlaflabor geprüft und akkreditiert von der Deutschen Gesellschaft für Schlafmedizin DGSM. Dazu wurde die Qualität des Schlaflabors unter vielen Kriterien beurteilt: u. a. die personelle, räumliche und apparative Ausstattung, Qualität von Diagnostik und Therapie.



www.klinloe.de

 KLINIKEN DES
LANDKREISES LÖRRACH

www.klinloe.de



Kreiskrankenhaus Lörrach

Schlaflabor
Spitalstraße 25
79539 Lörrach
T 07621/416-8266
F 07621/416-8371
loe-schlaflabor@klinloe.de

 Mitglied im CLINOTEL
Krankenhausverbund

11.2017/1.000

 KLINIKEN DES
LANDKREISES LÖRRACH

SCHLAFLABOR

Kreiskrankenhaus Lörrach



IHR SCHLAFLABOR- TEAM LÖRRACH



Dr. Wolfram Palmbach
Oberarzt der Klinik für Innere Medizin
Arzt für Innere Medizin, Pneumologie,
Allergologie, Somnologie DGSM

Tagdienst:
Sabine Baier, Claudia Glattacker, Daniela Palmbach

Nachtdienst:
Sabine Arzet, Melanie Creter, Anna Dudek,
Corinna Frommer, Ramona Mayer, Yvonne Pfündlin,
Barbara Schmidt



SCHNARCHEN ATEMPAUSEN IM SCHLAF SCHLAFAPNOESYNDROM

WIE KOMMT ES ZU ATEMSTÖRUNGEN IM SCHLAF?

Etwa 4% der Männer und etwa 2% der Frauen haben behandlungsbedürftige Atemstörungen im Schlaf in Form einer sogenannten Schlafapnoe.

Die Wand des Rachens wird durch Muskelgewebe stabilisiert. Wie alle Muskeln des Körpers entspannt sich auch diese Muskulatur im Schlaf. So kann es bei manchen Menschen im Schlaf schwerkraftbedingt zu einem teilweisen oder vollständigen Zusammenfallen des Rachens kommen. Dies führt zu einer Enge des Rachens und somit zur Luftnot, von der der Betroffene selbst im Schlaf nichts mitbekommen kann.

Zusätzlich spielen in vielen Fällen Übergewicht oder Veränderungen der oberen Atemwege aus anderen Gründen eine wesentliche Rolle. Atemstörungen im Schlaf können auch Folge von verschiedenen anderen Erkrankungen sein (z. B. Bronchial-, Lungen- oder Herzerkrankungen).

WIE MACHEN SICH ATEMSTÖRUNGEN IM SCHLAF BEMERKBAR?

Meist bemerken Partner Schnarchen und unregelmäßiges Atmen sowie auch wiederholte Atempausen. Durch die Atemstörungen kommt es zu häufig nur kurzfristigem, nicht bewusst wahrnehmbarem Erwachen oder auch zu vollständigem Erwachen durch Erstickungsgefühl. Dies führt zu einer Störung des Schlafs. Somit kann der Schlaf seine Erholungsfunktion nicht erfüllen. Entsprechend ist das Aufwachen am Morgen verzögert, kommt es am Tag zu Einschränkungen der Leistungsfähigkeit, zu Vergesslichkeit, Schläfrigkeit und Einschlafneigung bei monotonen Tätigkeiten.

In Einzelfällen kann es sogar zu Sekundenschlaf beim Autofahren oder zum Einschlafen während eines Gesprächs kommen. Gereiztheit und depressive Verstimmung können Ausdruck eines chronischen Schlafmangels sein. Am Arbeitsplatz kann es durch das Schlafdefizit zu Schwierigkeiten kommen.

Außerdem kann es zu organischen Störungen kommen: Folge von langjährigen Atemstörungen in der Nacht kann ein anhaltend erhöhter Blutdruck sein, der mit einem erhöhten Risiko für z. B. einen Herzinfarkt oder einen Schlaganfall einhergehen kann.

AN WEN KANN ICH MICH WENDEN?

Wenn Sie den Eindruck haben, dass Sie nächtliche Atemstörungen haben könnten oder wenn Sie an Schlafstörungen leiden, dann sollten Sie sich mit Ihrem Hausarzt in Verbindung setzen. Er wird Ihre Beschwerden mit Ihnen besprechen und Sie ggf. zu einer entsprechenden ambulanten Untersuchung überweisen. Diese ambulante Untersuchung wird z. B. beim niedergelassenen Pneumologen (Lungenspezialist) oder HNO-Arzt durchgeführt. Sie erhalten ein Untersuchungsgerät für eine Nacht mit nach Hause. Hiermit werden Atmungs- und Herz-Kreislauf-Werte gemessen. Nach dieser Untersuchung werden Sie ggf. in das Schlaflabor überwiesen.

WIE WIRD IM SCHLAFLABOR UNTERSUCHT?

Im Schlaflabor wird neben der Atmung und den Herz-Kreislauf-Werten zusätzlich der Schlaf untersucht. Dies geschieht durch Messungen von Hirnströmen, Augenbewegungen und Muskelaktivität. Außerdem werden mit einer Infrarotvideokamera Körperbewegungen und mit einem Mikrophon Geräusche wie z. B. Schnarchen aufgezeichnet.

WIE WERDEN ATEMSTÖRUNGEN IM SCHLAF BEHANDELT?

Zunächst sollten einige sogenannte Allgemeinmaßnahmen berücksichtigt werden:

- Bei Übergewicht sollte eine Gewichtsabnahme angestrebt werden.
- Alkohol am Abend sollte ggf. reduziert oder vermieden werden.

Atemstörungen im Schlaf sind manchmal abhängig von der Körperlage. Hier kann durch spezielle Lagerungsmaßnahmen geholfen werden.

Manchmal kann eine spezielle Aufbisschiene durch diskreten Vorschub des Unterkiefers den Rachen genügend öffnen, um Schnarchen und Atempausen im Schlaf ausreichend zu verringern.

Sollten diese Maßnahmen nicht erfolgreich genug sein, dann steht eine Beatmungsbehandlung zur Verfügung. Diese Behandlung nennt man CPAP (kontinuierlicher positiver Atemwegsdruck). Hierzu atmet man Druckluft mittels einer Atemmaske, wodurch der Rachen geöffnet und aufgehalten wird – der Rachen wird also durch Druckluft gesichert. Diese Therapie wird im Schlaflabor eingestellt. Dazu gehört, eine gut sitzende und dichtende Maske auszusuchen und die Höhe des Luftdrucks einzustellen. Die Therapie wird dann Zuhause regelmäßig im Schlaf durchgeführt.

Selten werden bei Schlafapnoe operative Maßnahmen notwendig. Für besondere Einzelfälle kann heutzutage ein sogenannter Zungengrundschrämmacher in Betracht kommen.

