

## **Windstille in der Lunge führt zu Sauerstoffnot im Gehirn** *Umfangreiche Diagnostik im Schlaflabor der Unimedizin Rostock*

Rostock – Zuerst fällt es in der Regel dem Bettnachbarn auf: lautes Schnarchen, das immer wieder von längeren Atemaussetzern unterbrochen wird. Was den einen nervt, ist für den anderen ein gesundheitliches Problem. Das Atemaussetzersyndrom, das zum Unterbrechen der Atmung und damit zu Sauerstoffnot führt, wird auch als Schlafapnoe bezeichnet, ein Begriff, der im griechischen „Windstille“ (im Schlaf) bedeutet. Eine der häufigsten Ursachen für diese Erkrankung ist Übergewicht, weil es den Druck auf die inneren Organe - besonders auch auf die empfindliche Lunge - erhöht. Der Konsum von Tabakprodukten oder Allergien können ebenfalls zur Entwicklung einer Schlafapnoe beitragen. Die Auswirkungen auf den Körper sind vielfältig und werden im Schlaflabor der Unimedizin Rostock anhand vieler Messwerte untersucht.

Die Schlafmedizinerin Dr. Barbara Hortian, Leiterin des Labors, betreut seit 27 Jahren Patienten mit Schlafstörungen. „Manchmal dauern die Atemaussetzer bis zu zwei Minuten. Das kann für den Körper gefährlich werden, weil die Sauerstoffsättigung des Blutes abnimmt und Organe unterversorgt werden.“ Dabei sollte die Zeit des Schlafes der Regeneration von Körper und Geist dienen. Doch bei den Betroffenen passiert das Gegenteil: Ihr Körper leidet in der Nacht unter Stress und der hat Folgen. „Schlaf- und Sauerstoffmangel führen zu erhöhtem Blutdruck, erhöhen das Risiko für Herzinfarkt oder Schlaganfall, begünstigen die Entwicklung von Thrombosen sowie Stoffwechselerkrankungen wie Diabetes“, erläutert Dr. Hortian. Sie verweist darauf, dass Schlafapnoe oft harmlos mit lautem Schnarchen beginnt, aber schnell gefährlich werden kann. Deshalb gehören Betroffene in ärztliche Behandlung.

Ein Besuch in einem Schlaflabor ist in vielen Fällen Teil der medizinischen Diagnostik. Dort werden zahlreiche Messwerte, Körperfunktionen und Aktivitäten aufgezeichnet: unter anderem Hirnströme, Augenbewegungen, Herzdaten, Atemfluss, Schnarchgeräusche, Atembewegungen und Körperlage. Die Therapie richtet sich dann nach dem Schweregrad der Erkrankung und reicht von einer Unterkieferschiene über die Anpassung einer Maske für ein sogenanntes CPAP-Gerät (continuous positive airway pressure) bis zu chirurgischen Korrekturen. Wenn Übergewicht Ursache für die Beschwerden ist, hilft den Patienten auch eine Gewichtsreduktion.

Schätzungen zufolge sollen alleine in Deutschland 26 Millionen Menschen unter einer Schlafapnoe leiden, noch immer ist ein großer Teil davon weder entsprechend diagnostiziert noch therapiert. Die Folgen sind nicht nur unter gesundheitlichen Aspekten, sondern auch unter sozialen beachtlich. Betroffene schlafen nicht durch, sind bei der Arbeit erschöpft und weniger leistungsfähig. „Wir müssen das Thema ‚Guter Schlaf‘ endlich ernst nehmen“, fordert Dr. Barbara Hortian. „Nachts werden die Akkus des Körpers aufgeladen und nur dann hat man die nötige Energie, um gesund und ausgeglichen durch den anspruchsvollen Alltag zu kommen. Wer konstant übermüdet ist, sollte deshalb unbedingt einen Arzt konsultieren.“

BU: Dr. Barbara Hortian leitet seit 27 Jahren das Schlaflabor an der Unimedizin Rostock.

Bildquelle: Unimedizin Rostock