

## obstruktives Schlafapnoe-Syndrom (OSAS)

### einfache Überprüfung zu Hause mittels Messung über Nacht (Polygrafie)



Viele Menschen, die an einem **Obstruktiven Schlafapnoe-Syndrom (OSAS)** leiden, wissen das gar nicht. Vielleicht hat Ihr Partner oder Ihre Partnerin Sie schon darauf hingewiesen, dass Sie schnarchen. Sie denken sich aber vielleicht nichts dabei. Schnarchen ist weit verbreitet und kann harmlos sein. In Verbindung mit einer Schlafapnoe jedoch ist das anders. In diesem Fall ist **Schnarchen ein Alarmzeichen**. Leiden Sie unter **Tagesmüdigkeit** – allein oder in Kombination mit Schnarchen – kann ein obstruktives Schlafapnoe-Syndrom die Ursache sein. Dabei setzt im Schlaf immer wieder für ein paar Sekunden die Atmung aus und eine Unterversorgung des Körpers mit Sauerstoff ist die Folge. Sie wachen dann mit **Kopfschmerzen** auf und sind tagsüber müde und schlapp. In der Folge kann sogar eine depressive Verstimmung eintreten und das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall steigt. Das obstruktive Schlafapnoe-Syndrom wird durch Übergewicht begünstigt.

Neben der Tagesmüdigkeit können **weitere Symptome** auftreten:

- Herzrasen oder Herzstolpern
- Bluthochdruck
- unruhiger Schlaf
- Kopfschmerzen morgens
- Leistungsabfall
- Konzentrationsstörung
- Vergesslichkeit
- Erektionsstörung
- depressive Verstimmung

Besteht bei Ihnen der Verdacht auf ein obstruktives Schlafapnoe-Syndrom, sollte dies weiter abgeklärt werden.

Dazu führen wir in unserer Praxis verschiedene Untersuchungen durch und erfassen wichtige Faktoren über einen standardisierten Fragebogen.

Ein wesentlicher Bestandteil der Abklärung stellt die **Polygraphie** dar. Dabei handelt es sich um eine Messung, die mit einem kleinen Gerät bequem zu Hause während Ihres Schlafs durchgeführt wird. Das Gerät erfasst die Atembewegungen, den Atemfluss, den Sauerstoffgehalt im Blut, die Schlafposition und Schnarchgeräusche und zeichnet alles auf, ohne dabei Ihren Schlaf zu beeinträchtigen.

Die Auswertung der Daten und Besprechung der Ergebnisse erfolgt dann in unserer Praxis. Falls die Untersuchungen den Verdacht auf ein obstruktives Schlafapnoe-Syndrom erhärten, beraten wir Sie über weitere Untersuchungen und Möglichkeiten der Therapie.

Für weitere Fragen, Informationen und auch zur Durchführung der genannten Untersuchungen, können Sie gerne **bei Frau Dr. Elisabeth Bülow** einen **Arzt-Termin in Ihrer Spezialprechstunde** machen.

Am besten geht das über unser Online-Terminvergabesystem wo Sie direkt bei Frau Dr. Bülow einen Termin auswählen können.