



Als Betroffener von Schnarchen oder einer schlafbezogenen Atemstörung sind Sie in Ihrer konkreten, individuellen Lebenssituation für uns wichtig. Um Sie ganz persönlich wollen wir uns in netter Atmosphäre mit modernster Medizin kümmern. Diagnostik und Therapie werden mit Ihnen besprochen und das Vorgehen mit Ihnen abgestimmt.

Wir möchten, dass Sie zu jedem Zeitpunkt der Behandlung genau wissen, was mit Ihnen geschieht. Entscheidend ist, dass Sie bei uns die bestmögliche und wirkungsvollste medizinische Versorgung bekommen.

Wir haben langjährige schlafmedizinische Erfahrung und können Ihnen das gesamte Spektrum schlafmedizinischer Diagnostik und Therapie auf höchstem Niveau anbieten.

Unsere Erfahrung, unser diagnostisches 5-Stufen-Konzept und breite, individualisierte Therapiemöglichkeiten ermöglichen bei uns Ihre Betreuung „aus einer Hand“.

Durch unsere wissenschaftliche Arbeit und ständige Fort- und Weiterbildung können wir neueste wissenschaftliche Erkenntnisse in unsere tägliche Praxis integrieren.

Unser Ziel ist eine persönlich auf Sie ausgerichtete, ganzheitliche und somit erfolgversprechende Therapie.



E-Mail: info@hno-zentrum-rheinneckar.de
Internet: www.hno-zentrum-rheinneckar.de

www.praxiskom.de

Fachärzte für
Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde
Schlafmedizin
Somnologie (DGSM)



Schlafmedizin



Zentrum für
moderne Schlafmedizin

Stören Sie durch nächtliches Schnarchen die Betruhe Ihres Partners? Fühlen Sie sich am Morgen häufig unausgeruht, obwohl Sie eigentlich lange genug geschlafen haben? Sind Sie weniger leistungsfähig und leiden an Konzentrationsstörungen?

Wenn Sie eine, oder sogar alle diese Fragen mit JA beantworten, kann Ihnen die moderne Schlafmedizin des HNO-Zentrums Rhein-Neckar helfen.

Schlafstörungen sind heute eine echte Volkskrankheit. Kommt es neben dem harmlosen aber störenden Schnarchen sogar zu Schnarchen mit Atemaussetzern („Schlaf-Apnoe-Syndrom“) dann ist Eile geboten. Unbehandelt führt diese Erkrankung neben Müdigkeit, Leistungs- und Konzentrationsminderung zu Bluthochdruck und einem erhöhten Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall. Für viele Betroffene ist der Leidensdruck groß und sie empfinden einen erheblichen Verlust an Lebensqualität.

Das HNO-Zentrum Rhein-Neckar ist auf die Diagnostik und Therapie von Schnarchen und schlafbezogenen Atemstörungen spezialisiert. Neben umfassender Diagnostik und ausgereiften Therapiekonzepten bleiben Sie mit Ihren Wünschen oder Fragen im Mittelpunkt unseres Interesses.

Mit dieser Broschüre möchten wir Ihnen einen ersten Einblick in unseren Tätigkeitsschwerpunkt Schlafmedizin geben und über unser Leistungsspektrum informieren.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!
Ihr Team des HNO-Zentrum Rhein-Neckar

Schlafstörungen

Schnarchen



Unter dem Begriff „Schnarchen“ versteht man nächtliche Atemnebenegeräusche eines Schlafenden die in den oberen Luftwegen entstehen.

Neben der hieraus resultierenden Störung der gemeinsamen Nachtruhe kann sich hinter dem Schnarchen jedoch auch eine ernstzunehmende Schlafstörung verstecken.

Im Schlaf erschlafft die Muskulatur im Nasen- und Rachenraum, wodurch eine Enge entsteht, die wiederum die Strömungsgeschwindigkeit der Luft erhöht. Damit steigt die Sogwirkung auf den Rachenschlauch stark an. Das Zusammenspiel von Sog und erschlaffter Muskulatur kann bis zum Kollaps des Schlauches führen. Als Folge dieses Kollapses kommt es zu Atempausen, die bei längerem Bestehen zu ständiger Müdigkeit und einem erhöhten Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen führen.

Schlaf-Apnoe-Syndrom



Das Schlafapnoesyndrom ist sozusagen eine Steigerung des Schnarchens. Zusätzlich zum lauten Schnarchen werden häufiger Atempausen beobachtet, die im Extremfall weit über eine Minute lang andauern. Beendet werden die Pausen mit tiefem und lautem Schnarchen und Arm- oder Beinbewegungen des Schlafenden.

Ursache hierfür ist eine lebensrettende Weckreaktion (Arousal) die verhindert, dass die Betroffenen im Schlaf ersticken.

Diese Weckreaktionen verhindern jedoch auch einen erholsamen Schlaf. Die Betroffenen leiden an Kopfschmerzen, Tagesmüdigkeit, Konzentrationsstörungen, Stimmungsproblemen wie Depression oder Gereiztheit oder Potenzstörungen.

Häufige Begleiter der Schlafapnoe sind ein hoher Blutdruck, Herzrhythmusstörungen und Herzmuskelschwäche. Die Wahrscheinlichkeit für einen Herzinfarkt oder Schlaganfall steigt auf ein Vielfaches an.

Modernste Diagnostik



Das HNO-Zentrum Rhein-Neckar hat ein eigenes, mehrstufiges Konzept zur Diagnostik von Schnarchen und schlafbezogenen Atemstörungen entwickelt.

Stufe 1: Am Beginn der Diagnostik steht ein ausführliches Arzt-Patient-Gespräch, bei dem Sie in entspannter Atmosphäre Ihre individuellen Beschwerden und Schlafgewohnheiten darlegen können.

Stufe 2: Die Tagessymptome und die Auswirkungen Ihrer Beschwerden auf das tägliche Leben werden mit aussagefähigen Fragebögen untersucht.

Stufe 3: In der endoskopischen HNO-Untersuchung können schlafmedizinisch relevante Veränderungen an Nase, Weichgaumen und Rachenbereich diagnostiziert und wichtige Informationen für die Therapie gewonnen werden.

Stufe 4: Die Schlafuntersuchung erfolgt zunächst mit einem mobilen Diagnosegerät, welches eine Untersuchung in gewohnter Umgebung bei Ihnen zu Hause ermöglicht. In dieser Untersuchung werden Atmung, Schnarchen, Puls und Sauerstoffversorgung des Blutes registriert. Ein störendes Schnarchen oder eine schwerwiegende Schlafapnoe lassen sich so häufig bereits diagnostizieren.

Stufe 5: Gibt diese ambulante Untersuchung keinen Aufschluss über die Schlafstörung, ist eine Untersuchung in unserem Schlaflabor der nächste wichtige Schritt.



Individuelle Therapie



Ziel der Behandlung ist eine individuell auf Sie zugeschnittene, sichere und effektive Therapie der schlafbezogenen Atemstörung. Sie soll Schnarchen und / oder Atemaussetzer im Schlaf beheben und Ihnen gleichzeitig die verloren gegangene Lebensqualität zurückbringen. Dabei müssen die in den einzelnen Untersuchungsschritten gewonnenen Ergebnisse sorgfältig zusammengeführt, geprüft und richtig gewertet werden. Die langjährige Erfahrung Ihrer Schlafmediziner ermöglicht so einen nachhaltigen Behandlungsplan.

Oft müssen in der Therapie der schlafbezogenen Atmungsstörungen verschiedene Behandlungsoptionen gegeneinander abgewogen oder sinnvoll miteinander kombiniert werden. Viele Betroffene wissen nicht, dass in einer Vielzahl der Fälle sehr einfach, schnell und fast schmerzfrei geholfen werden kann. Gerade auf schonende, operative Verfahren haben sich die Schlafmediziner des HNO-Zentrums Rhein-Neckar spezialisiert. Durch bestimmte Operationsverfahren kann Gewebe in der Nase oder im Rachenraum entfernt oder gestrafft werden und somit das Schnarchen reduziert oder der Atemwegskollaps verhindert werden.

Vielen Betroffenen mit Atemaussetzern hilft eine nächtliche Atemtherapie mit Nasenmaske und CPAP-Gerät. Auch wenn für viele Patienten diese Therapie im ersten Moment schwer vorstellbar erscheint, so überzeugt sie doch durch ihre hohe Effektivität. Falls erforderlich, kann in dem vom HNO-Zentrum Rhein-Neckar betriebenen Schlaflabor eine solche Beatmungstherapie eingeleitet werden.

Am Ende der individualisierten Therapie sollte Ihr Schlaf wieder leise und vor allem erholsam sein.

Unser Schlaflabor



Falls nach erfolgter Stufendiagnostik der Verdacht auf das Vorliegen einer schlafbezogenen Atemstörung besteht, ist eine Untersuchung im Schlaflabor erforderlich. Dort werden die physiologischen Funktionen im Schlaf gemessen. Nach der Auswertung und Interpretation der Aufzeichnungsergebnisse durch einen schlafmedizinischen Experten des HNO-Zentrums Rhein-Neckar lässt sich Ihre spezifische Schlafstruktur genau beurteilen. Geeignete Therapiemethoden können empfohlen oder vor Ort eingeleitet werden.

Führende Schlaflabore bieten eher das Ambiente eines guten Hotels. Durch die Vermeidung einer Krankenhaus- / Untersuchungsatmosphäre werden unnötige Messungen vermieden und die Aussagekraft der registrierten Parameter wird deutlich erhöht.

Zusammen mit unserem Partner, der MEDIAN-Klinik, betreiben wir in Bad Dürkheim in der Pfalz ein schlafmedizinisches Zentrum, welches mit gehobenem Hotel-Komfort eine Atmosphäre bietet, die die nötige Entspannung für eine schlafmedizinische Untersuchung zulässt.

Unser Schlaflabor ist nur etwa 20 Kilometer von Mannheim entfernt und verkehrstechnisch auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut erreichbar.

Alle Untersuchungen im Schlaflabor werden über unsere Praxen eingeleitet und betreut. Gerne beraten wir Sie hierzu ausführlich.