



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“.

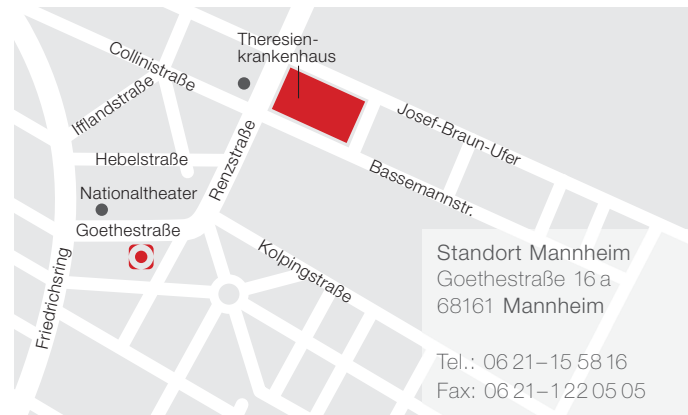
Durch unsere wissenschaftliche Arbeit und ständige Fort- und Weiterbildung können wir neueste wissenschaftliche Erkenntnisse in unsere tägliche Praxis integrieren.

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



Standort Limburgerhof
Burgunderplatz 18
67117 Limburgerhof

Tel.: 0 62 36 – 6 13 78
Fax: 0 62 36 – 6 00 10



Standort Mannheim
Goethestraße 16 a
68161 Mannheim

Tel.: 06 21–15 58 16
Fax: 06 21–122 05 05



Standort Mannheim II
Carl-Benz-Straße 74
68167 Mannheim

Tel.: 06 21–3 42 26
Fax: 06 21–3 56 61

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

www.praxiskom.de

Prof. Dr. med. Frank Riedel
Dr. med. Andreas Blum
Dr. med. Ulf Riedel
Anja-Alexia Lochmann
Dr. med. Sabine Liebler
Dr. med. Randy Jäger

Fachärzte für
Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde



Schlafmedizin



Zentrum für
moderne HNO-Heilkunde

Herzlich willkommen in unserem HNO-Zentrum Rhein-Neckar

Stören Sie durch nächtliches Schnarchen die Bettruhe Ihres Partners? Fühlen Sie sich am Morgen häufig un ausgeruht, 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 Praxisteam

Schlafstörungen

Schnarchen



Unter dem Begriff „Schnarchen“ versteht man nächtliche Atemnebengeräusche 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- und Beinbewegungen des Schlafenden.

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

Die Weckreaktionen verhindern einen erholsamen Schlaf. Die Betroffenen leiden an Kopfschmerzen, starker Tagesmüdigkeit, Konzentrationsstörungen und Stimmungsproblemen wie Depression oder Gereiztheit, oder gar 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 verlorene 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 Atemstörungen verschiedene Behandlungsoptionen gegeneinander abgewogen oder sinnvoll miteinander kombiniert werden. Viele Betroffene wissen nicht, dass in einer Vielzahl der Fälle sehr einfach, schonend, 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 werden, um den Atemweg zu öffnen, oder das Gewebe kann gestrafft werden, um störende Vibrationen, die für die Schnarchgeräusche verantwortlich sind, oder einen Atemwegskollaps, der zu den Atempausen führt, zu beseitigen.

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

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

Unser Schlaflabor



Haben Sie Schlafprobleme, schnarchen Sie oder haben Sie Atemaussetzer, und ergeben die Stufen 1–4 der ambulanten Untersuchung keinen Aufschluss über die Schlafstörung, 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. Wenn sich der Verdacht auf Schlafstörungen bestätigt, kann der behandelnde Schlafmediziner anhand der Ergebnisse geeignete Therapiemethoden empfehlen.

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 Rhein-Haardt-Klinik, betreiben wir in Bad Dürkheim in der Pfalz ein schlafmedizinisches Zentrum, welches Ihnen durch menschliche, angenehme Umgebung, durch die Kompetenz eines erfahrenen und engagierten Teams, das Ihre persönliche Betreuung gewährleistet, und gehobenen Hotel-Komfort eine Atmosphäre bietet, die die nötige Entspannung für eine schlafmedizinische Untersuchung zulässt.

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