

Atemstillstand mitten in der Nacht

Baunataler Symposium der Schlafmedizin informiert am Mittwoch in der Stadthalle zur Schlafapnoe

VON EMILY SPANEL

BAUNATAL. Fast ein Drittel des Lebens geht damit dahin: schlafen. Sieben Stunden pro Nacht benötigt der Mensch im Durchschnitt, um sich fit und gesund zu fühlen. Fehlen diese, wird es gefährlich: „Ein gestörter Schlaf macht krank“, sagt Reinhard Müller, Gründer der beiden Selbsthilfegruppen Schlafstörungen/ Schlafapnoe in Kassel und Baunatal.

„Wir wollen Patienten helfen, wieder zu einem guten und gesunden Schlaf zu kommen“, sagt Müller. Für 19. November laden die Selbsthilfegruppen daher zum 18. Baunataler Symposium der Schlafmedizin in die Stadthalle nach

Baunatal ein. Dort können sich Patienten ab 11 Uhr unter anderem über Atemtherapiegeräte, Lungenfunktionstest und Therapiemethoden informieren. Für Betroffene ist ein Patiententforum eingerichtet. Außerdem wird Prof. Dr. Martin Konermann referieren.

Sterblichkeitsrate 40 Prozent
„Die häufigste Störung der Nachtruhe ist die Schlafapnoe“, erklärt Müller, zugleich Landessprecher des Vdk-Fachverbandes Schlafapnoe in Hessen und Thüringen.

Der Patient habe Atemaussetzer, in schweren Fällen über 30 pro Stunde. Dadurch würden die Schlafphasen immer wieder unterbrochen.

„Auch mit ausreichend langem Schlaf fühlt sich der Betroffene am nächsten Tag wie gerädert, weil die erholsamen Tiefschlafphasen fehlen“, sagt der 68-jährige, der selbst betroffen ist. Unbehandelt liege die Sterblichkeitsrate einer Schlafapnoe innerhalb von acht Jahren bei 40 Prozent.

Bei den Ursachen spielt eine erbliche Vorbelastung eine Rolle. Hinzu kommen Umstände, die die Atemwege eng machen, wie zum Beispiel Fehlstellungen der Kiefer zueinander.

Weitere Informationen sowie Kontakt zu den Selbsthilfegruppen Schlafapnoe Baunatal/ Kassel: www.schlafapnoe-kassel.de **HINTERGRUND**



Atem-Maske: Reinhard Müller bietet während der regelmäßigen Treffen der Selbsthilfegruppen unter anderem Informationen zum richtigen Umgang mit dem Therapiegerät an.

Foto: Spanel