

Nordkurier vom 06.06.2006

Gefährliche Atemaussetzer im Schlaf

Von Paula Krueger

Apnoe: Im Schlaflabor in Waren werden jedes Jahr 1000 Menschen mit Schlafproblemen behandelt. Für viele hat es Jahre gedauert, bis sie Hilfe erhielten.

Waren. Dorothea Klatt ist eine resolute Dame. Dabei hat die 78-jährige Rentnerin aus dem brandenburgischen Fürstenberg eine kleine Odyssee hinter sich. „Zwei bis drei Jahre ging das schon. Ich fühlte mich schlapp, müde, lustlos, obwohl ich mehr als ausreichend Schlaf hatte. Ich habe gespürt, dass da was nicht stimmt.“ Die ehemalige Geschäftsfrau, die lange Jahre mit ihrem verstorbenen Mann einen Uhrenladen betrieb, nahm ihre Geschicke selbst in die Hand. Was alles andere als einfach war.



Bevor in einem so genannten akkreditierten Schlaflabor schlafbezogene Atmungsstörungen aufgespürt werden können, müssen Versicherte ein ambulantes Screening erhalten. Das bedeutet, dass sich Patienten einen HNO- oder Lungenfacharzt suchen müssen, der die „Minischlaflabore für Zuhause“ für die vorgeschriebene Voruntersuchung betreibt. „Der nächste Mediziner mit einem tragbaren Gerät war ein niedergelassener Arzt im 50 Kilometer entfernten Oranienburg. Dort hätte ich acht Wochen auf einen Termin warten und mehrfach hin- und herfahren müssen, um dann weitere vier Monate auf eine Überwachungsnacht in Neuruppin zu hoffen“, erzählt die Seniorin. Der Internist Dr. Azim Zadeh kennt diese Geschichten nur zu gut. Seit einem Jahr arbeitet der Arzt aus dem Iran im Schlaflabor der Lungenfachklinik Amsee in Waren. Seine Patientin Dorothea Klatt hatte Glück. Bekannte erzählten ihr vom Krankenhaus am Tiefwareensee, in dem trotz Warteliste schwerwiegende Fälle sofort behandelt werden. Schon nach zwei Wochen konnte sie dort ihre Diagnostiknacht im Schlaflabor absolvieren. „Es war allerhöchste Eisenbahn“, so Dr. Azim Zadeh. „Wir haben 44 Atemaussetzer in der Stunde bei Dorothea Klatt festgestellt. Fünf sind normal, ab 20 wird es gefährlich, insbesondere im fortgeschrittenen Alter.“ Die rüstige Seniorin leidet an einem klassischen obstruktiven Schlafapnoe-Syndrom. Dabei handelt es sich um eine ausgeprägte Tagesmüdigkeit mit Einschlafneigung als Folge nächtlicher Atempausen. Diese entstehen durch eine verstärkte Muskeler schlaffung im Schlund während des Schlafes. Wichtige Hinweise sind oft lautes Schnarchen und längere Atemaussetzer in der Nacht. Der daraus resultierende Sauerstoffmangel führt zu einer Beeinträchtigung der Hirnfunktion und der Herzaktivität. Folgeerkrankungen sind ein hoher Blutdruck, Schlaganfall und Herzinfarkt. Auch eine deutlich verminderte Lebenserwartung ist damit verbunden. „Das Leidensbild ist äußerst komplex, die wahren Auslöser sind nicht auf den ersten Blick erkennbar. Viele schieben ihre Probleme auf den Stress, das Alter oder andere Erkrankungen“, macht Azim Zadeh deutlich. Etwa vier Prozent der Männer und zwei Prozent der Frauen mittleren Alters kämpfen mit chronischen Schlafstörungen und ihren zahlreichen Folgen. Dabei kann den Patienten schnell und in der Regel ohne Medikamente geholfen werden. Die meisten Formen der schlafbezogenen Atmungsstörungen können mit dem Verfahren der nasalen Ventilationstherapie erfolgreich behandelt werden. Noch in der Lungenfachklinik werden dafür Atemmasken angepasst, die dann künftig für eine ruhige Nacht sorgen. Dabei wird ein konstanter Luftdruck über einen Schlauch in die Nasenmaske geleitet. Dieser hält die in Folge der Muskeler schlaffung verengten oder verschlossenen Atemwege offen. „Eine gewisse Eingewöhnungszeit brauchte ich schon für meine Maske“, erzählt die Fürstenbergerin. „Ich habe meinen neuen nächtlichen Begleiter aber schnell akzeptiert, da er mir meine alte Lebensqualität zurückgebracht hat. Und nachts schläft man ja sowieso.“ Dorothea Klatt schläft vor allem wieder gesund, das bestätigte eine zweite Überwachungsnacht zwei Monate später. „Mit Hilfe der nächtlichen Masken-Therapie konnten wir die Atemaussetzer auf fünf pro Stunde reduzieren“, erklärte der Schlafexperte, der mit seinem Team jährlich über 1000 Patienten betreut. Zwei Drittel davon sind Männer über 40 Jahre. „Dabei legen wir besonderes Augenmerk auf Vielfahrer. Schätzungsweise ein Viertel aller Unfälle sind auf den gefährlichen Sekundenschlaf zurückzuführen. Dieser hat nicht selten seine Ursachen in einer obstruktiven Schlafapnoe.“