

Hause entlassen. Für technische Probleme steht ein entsprechender Service zur Verfügung. Um den Behandlungserfolg zu sichern, sind später Kontrolluntersuchungen im Schlaflabor für jeweils eine Nacht nach ärztlicher Empfehlung erforderlich. Für Schlafstörungen mit anderen Ursachen gibt es gleichfalls spezielle Behandlungsangebote. Neben Medikamenten gehören dazu psychotherapeutische Maßnahmen, die wir in Kooperation mit der Abteilung für Psychosomatische Medizin/ Psychotherapie in unserem Krankenhaus anbieten.

Das Schlaflabor im Asklepios Westklinikum Hamburg (Schlafmedizinisches Zentrum)

Chefarzt PD Dr. Carsten Schneider

Schwerpunkt Kardiologie, Angiologie, Diabetologie, Schlafmedizin

Ärztliche Leitung des Schlaflabors:

Frau Nicola Muth

Fachärztin für Innere Medizin und Schlafmedizin

Anmeldung und weitere Informationen

Sekretariat: Frau S. Oberst

Tel.: (0 40) 81 91-22-00

Fax: (0 40) 81 91-22 02

schlaflabor.rissen@asklepios.com

- Schlafmedizinische Sprechstunde Termine nach Vereinbarung. Anmeldung über das Sekretariat des Schlaflabors
- Selbsthilfegruppe Schlafapnoe
Ansprechpartner: Erhard Bagowsky
Tel.: (04 103) 22 89
bagowsky@gmx.de

Treffen jeden 1. Mittwoch im Monat, 19:00 Uhr
Asklepios Westklinikum Hamburg, Cafeteria

Zertifizierungen



Kontakt

Asklepios Westklinikum Hamburg

Suurheid 20

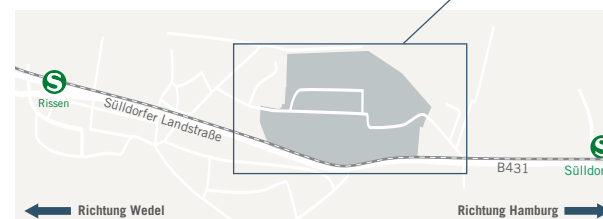
22559 Hamburg

Tel.: (0 40) 81 91-0

Fax: (0 40) 81 91-01

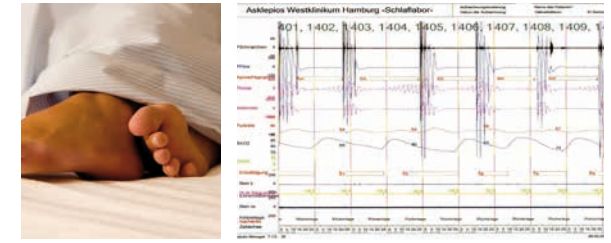
westklinikum-hh.rissen@asklepios.com

www.asklepios.com/westklinikum



Zentrum für Innere Medizin

Das Schlaflabor



Wozu ein Schlaflabor?

Schlafstörungen können in jedem Alter auftreten. Sie haben verschiedene Ursachen, die man durch Messungen verschiedener Abläufe der Atmung, der Hirnströme, der Körperbewegungen, des Blutdrucks, des Pulses und des Sauerstoffgehalts im Blut feststellen kann. Dazu muss der Patient während der Nachtruhe in einem entsprechend eingerichteten Schlaflabor untersucht werden. Aus der Schlafüberwachung ergeben sich unterschiedliche Behandlungsmöglichkeiten, deren Wirksamkeit gleichfalls im Schlaflabor überprüft werden kann.

Was wird im Schlaflabor untersucht?

Während des Schlafes werden folgende biologische Signale kontinuierlich über entsprechende Messeinrichtungen aufgezeichnet: Hirnströme, Muskelströme, Augenbewegungen, Elektrokardiogramm, Atmung und Schnarchgeräusche, Sauerstoff im Blut, Blutdruck, Atembewegungen von Brust und Bauch, Körperbewegungen im Schlaf.

Störung der gesunden Schlafstruktur

Der Schlaf kann durch verschiedene äußere Umstände beeinflusst werden. Schicht- und vor allem Nacharbeit stören den täglichen Wach- und Schlafrythmus erheblich. Alkoholkonsum beeinträchtigt ebenfalls den Schlaf. Weitere den Schlaf beeinflussende Faktoren sind eine ungewohnte Umgebung, Lärm, Wärme, Medikamente, Schmerzen und schwerwiegende organische Erkrankungen. Daneben gibt es eine große Anzahl innerer Ursachen für eine Schlafstörung. Psychische Belastungen wie z. B. Ängste, aber vor allem psychische Erkrankungen wirken

störend auf den gesunden Schlaf. Häufig sind sie erst im Schlaflabor zu erkennen. Besondere Bedeutung haben die schlafbezogenen Atemstörungen, unter denen etwa 2-5% der Bevölkerung leiden.

Was sind schlafbezogene Atemstörungen?

Dabei kommt es im Schlaf immer wieder zu Pausen in der regelmäßigen Atmung mit nachfolgendem Abfall der Sauerstoffversorgung im Blut und vor allem im Gehirn. Dies führt jeweils zu einer sog. Weckreaktion des Gehirns mit der Folge einer schweren Störung der gesunden Schlafstadienabfolge.

Das Schlafapnoe-Syndrom

Wie macht sich eine schlafbezogene Atemstörung bemerkbar?

Lautes und vor allem unregelmäßiges Schnarchen sowie Atempausen sind die typischen Krankheitszeichen des obstruktiven Schlafapnoe-Syndroms. Dies wird meist von den Lebenspartnern zuerst bemerkt. Die Atempausen können bis über zwei Minuten dauern und werden durch ein besonders lautes Schnarchgeräusch beendet. Nach wenigen Atemzügen tritt häufig schon wieder eine Atempause auf. Der Betroffene fühlt sich am Morgen nicht ausgeschlafen, leidet unter vermehrter Tagesmüdigkeit und einem verstärkten Schlafdrang bei eintönigen Beschäftigungen, zum Beispiel beim Lesen, beim Fernsehen und nicht zuletzt beim Autofahren. Die Atemstörung führt auch zu Störungen des Herzkreislaufsystems mit nächtlichen Herzrhythmusstörungen und erhöhtem Blutdruck. Übergewicht, Alkoholkonsum und Rauchen verstärken die schlafbezogene Atemstörung. Konzentrationsstörungen, psychische Veränderungen mit

vermindertem Antrieb oder vermehrter Gereiztheit und morgendliche Kopfschmerzen sind weitere Krankheits-symptome. Vergleichbare Beschwerden haben auch Menschen mit Ein- und Durchschlafstörungen sowie mit Depressionen.

Behandlungsmöglichkeiten

In jedem Fall sollten alle Faktoren, die den Schlaf beeinträchtigen, vermindert oder ausgeschaltet werden. Dazu gehören eine gewisse Regelmäßigkeit der Schlafgewohnheiten und die Vermeidung von übermäßigem Alkoholkonsum und reichlichem Essen am Abend. Günstig wirkt sich in allen Fällen von Übergewicht eine Gewichtsverminderung aus. Zusätzlich können Medikamente (keine Schlaftabletten!) eingesetzt werden. In einigen Fällen sind auch chirurgische Maßnahmen im Mund- und Rachenraum zu erwägen. Bei obstruktiven Atemstörungen, also bei Verengung oder zeitweiliger Verlegung des Rachenraumes durch übermäßiges Erschlaffen der Rachenmuskulatur, ist die wirksamste Behandlung durch Erhöhung des Luftdrucks in den oberen Atemwegen mithilfe eines Atemgerätes zu erreichen (sog. nCPAP-Therapie – Abkürzung für die englische Bezeichnung „nasal continous positive airway pressure“). Dabei wird über eine Nasenmaske, die der Patient während des Nachtschlafes trägt, ein kontinuierlicher Luftstrom mit gering erhöhtem Druck angewendet, der den Verschluss der oberen Atemwege verhindert und gleichzeitig das Schnarchen beseitigt. Im Schlaflabor wird der für den Patienten jeweils erforderliche Druck in zwei bis drei Nächten unter fortgesetzter oben beschriebener Schlafüberwachung ermittelt. Der Patient wird dann in der Anwendung des Gerätes unterwiesen und damit nach