

Das Schlaflabor Spaichingen

Wird von der Lungenärztlichen Gemeinschaftspraxis Dr. Schubert & Dr. Mayer betrieben.

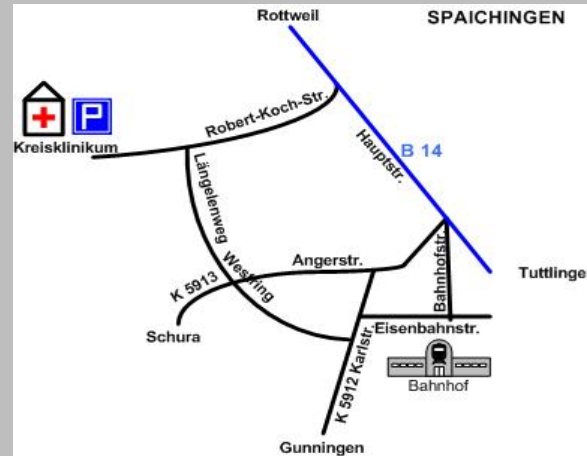
Die Untersuchungen finden in der Zeit von abends 20 Uhr bis zum nächsten Morgen um 7 Uhr statt. In der Regel sind 2 – 3 Untersuchungs-nächte erforderlich.

Es handelt sich um ambulant erbrachte Leistungen, welche von den Krankenkassen erstattet werden. Eine übliche Überweisung vom Hausarzt oder Facharzt ist erforderlich.

Das Schlaflabor Spaichingen bietet

- Kurze Wartezeiten durch hohe Bettenkapazität
- Kompetentes Schlaflabor-Team
- Enge Kooperation mit Hausärzten, Fachärzten und dem Schlaflabor Singen
- Nachbetreuung bei Masken- oder Geräte-Problemen über unsere Maskensprechstunde im Schlaflabor (Montag - Freitag 16 - 19 Uhr)
- Sie sind nur zum Schlafen bei uns. Morgens können sie nachhause oder zur Arbeit gehen
- Behandlung auch am Wochenende
- Bei Notfällen sofortige ärztliche Versorgung durch unseren Standort im Krankenhaus
- Sehr kranke Patienten können auch stationär aufgenommen werden

So finden sie uns



Die Ringbahn hält in **Spaichingen Mitte**

Achtung Bedarfshaltestelle.

Von der Haltestelle sind es etwa 300 m Fußweg zur Kreisklinik.

Unser **Partner-Schlaflabor Singen** wird von der Lungenärztlichen Gemeinschaftspraxis Dr. Kübler & Dr. Donner, Ekkehardstr. 18, 78224 Singen betrieben.

Tel 07731 87930 - Fax 07731 879340

www.lungenaerzte-singen.de

drs@lungenaerzte-singen.de

Durch die enge Kooperation bilden wir ein Zentrum in unserer Region. So ist jederzeit eine schnelle und kompetente Behandlung gewährleistet.

Schlaflabor Spaichingen

in der Kreisklinik

Robert-Koch-Str. 31, 78549 Spaichingen

Tel: 07424-905 41 07

zu erreichen Mo. – Fr. von 16 – 19 Uhr

Fax: 07424-905 41 08

www.sl-spaichingen.de

dr.mayer@sl-spaichingen.de

Dr. Schubert & Dr. Mayer

Internisten - Lungen- und Bronchialheilkunde,
Allergologie - Schlafmedizin

Königstr. 23 - 78532 Tuttlingen

Tel 07461-9693 60 – Fax 07461-9693 62

Schlaflabor Spaichingen



Was ist Schlafapnoe?

In Deutschland leiden ca. 8 Millionen Menschen an Schlafstörungen mit nicht erholsamem Schlaf.

Unter den vielfältigen Ursachen für diese Beschwerden tritt sehr oft das nächtliche, **laute und unregelmäßige Schnarchen mit wiederkehrenden Atemstillständen – die Schlafapnoe** - auf.

Die Schlafapnoe und andere schlafbezogene Atmungsstörungen bilden den Schwerpunkt unseres internistisch - pneumologischen Schlaflabors.

Bei der Schlafapnoe sind Kombinationen mit Übergewicht, Herz-Kreislauf- und Stoffwechselerkrankungen, als Folge- oder Begleiterkrankungen, häufig.

Die Betroffenen sind im Schlaf erheblichem Stress ausgesetzt. Der Körper ist durch den Sauerstoffmangel ständig im Alarmzustand und schüttet vermehrt Stresshormone aus. Der Schlaf wird leichter, irgendwann hat man kaum noch Tiefschlafphasen.

Bluthochdruck, ein hohes Risiko für **Herzinfarkte** und **Schlaganfälle** sind die Folge. Beim nächtlichen Luftanhalten können sogar **Nervenzellen absterben**.

Ein **Diabetes mellitus** wird durch Schlafapnoe verstärkt.

Viele Betroffene sind **tagsüber sehr müde** und haben **Konzentrationsprobleme** – wenn nicht der Partner Alarm schlägt, ist das oft der einzige Hinweis auf die Schlafstörung.

Männer und Übergewichtige sind überdurchschnittlich oft von Schlafapnoe betroffen. Doch auch Normalgewichtige und Frauen, vor allem nach den Wechseljahren, können unter den Aussetzern leiden, ja sogar Kinder.

Die Krankheit wird heute mit kleinen, tragbaren Messgeräten erkannt. Sie zeichnen während einer Nacht im heimischen Bett die Sauerstoffwerte, das Schnarchen und die Atmung auf. Diese Untersuchungen werden ambulant, zuhause durchgeführt.

Erst wenn danach der Verdacht auf eine behandlungsbedürftige Schlafapnoe besteht wird ein Aufenthalt im Schlaflabor erforderlich.

Dort wird die Erkrankung gründlich untersucht und in der Regel mit einem kleinen Überdruckgerät (nCpap) mit normaler Raumluft behandelt. Mit Hilfe dieses Überdrucks wird die ursächliche Enge im Rachenraum überwunden.

Symptome bei Schlafapnoe

Die Angehörigen berichten meist über

- **lautes Schnarchen**, unterbrochen durch
- **Atempausen**, die mit einem **heftigen, seufzenden Atemzug** oder einem **Schnarchlaut** beendet werden

Aber nicht jeder Schnarcher leidet an Schlafapnoe und nicht jeder Patient fällt tatsächlich durch Schnarchen auf.

Weitere Zeichen der obstruktiven Schlafapnoe sind:

- **Atemstillstand** von 10 Sekunden bis 1 Minute und länger
- Durchschlafstörungen
- **Unruhiger Schlaf** (zerwühltes Bett am Morgen)
- **Tagesmüdigkeit, Einschlafneigung am Tag**
- Fehlende Frische, Kopfschmerzen beim Erwachen ("**wie gerädert**")
- Schwindel, vor allem nach dem Aufstehen
- **Mundtrockenheit** beim Erwachen
- **Nächtliches Schwitzen**
- Vermehrter Harndrang während des Schlafs / **nächtliches Wasserlassen**
- **Sekundenschlafattacken**, teils ohne Warnsignale
- **Konzentrationsstörungen** bis hin zu Gedächtnisstörungen
- **Depressive Verstimmung**
- Persönlichkeitsstörungen
- Impotenz, erektile Dysfunktion
- **Bluthochdruck**, ggf. medikamentös schwer einstellbar
- Fehlende Blutdruckabsenkung in der Nacht

Diese Symptome können einzeln oder in Kombination auftreten.

Untersuchungsablauf bei Verdacht auf Schlafapnoe

Es erfolgt eine ambulante Langzeitregistrierung der Atmung im Schlaf über ihren Facharzt oder unsere Praxis.

Sie schlafen zuhause im eigenen Bett

Nicht jeder Schnarcher muss ins Schlaflabor

Nur bei verdächtigem Befund erfolgt eine Untersuchung im Schlaflabor und ggf. die Einleitung einer Behandlung.

Das Zimmer im Schlaflabor

Im Schlaflabor steht Ihnen ein Einzelzimmer mit Toilette, Dusche und Fernseher zur Verfügung.

Bei Bedarf kann eine Begleitperson in einem zweiten Bett übernachten.



Noch Fragen?

Sprechen Sie uns jederzeit an.

Weitere Informationen auch bei:

**Selbsthilfegruppe
Schnarchen-Schlafapnoe Balingen**
Herr Wolfgang Kraft
Eisenwiesen 6
72336 Balingen
Tel: 07433-3080375
shgschlafapnoebalingen@web.de

**SHG- Schwarzwald
Schlafapnoe**
Herr Fritz Deißinger
Wöschhalde 25
78052 VS-Villingen
Tel: 07721-73261
fritz.deissingert@t-online.de