

Was ist Schnarchen

Schnarchen ist ein verstärktes Atemgeräusch durch Vibrationen („Flattern“) von Weichgewebe, Schleimhaut oder lymphatischem Gewebe im Atemtrakt (Gaumen, Zäpfchen, Zungengrund, Kehlkopf).

Warum entsteht Schnarchen?

Im Schlaf entspannt sich die Muskulatur im Nasen-Rachen- und Schlund-Bereich, dadurch wird das Weichgewebe noch schlaffer. Zusätzlich kann noch eine behinderte Nasenatmung hinzukommen

Ursachen

Die Verengung des Atemwegs ist die Ursache für Schnarchen.

- Behinderte Nasenatmung
 1. Vergrößerte Nasenmuschel
 2. Verkrümmung der Nasenscheidewand
 3. Chron. Nasennebenhöhlenentzündungen
 4. Nasenpolypen
- Enge im Rachenbereich
 1. Schlaffes Gaumensegel
 2. Langes und/oder zu großes Zäpfchen
 3. Vergrößerte Mandeln
- Auffälligkeiten im Bereich des Kiefers
- Übergewicht
- Starkes erschlaffen der Muskulatur im Schlaf aufgrund von Medikamenten oder Alkohols.

Schnarchen kann in manchen Fällen nicht gesundheitsgefährdend sein, sollte aber von einem Arzt untersucht werden (mittels Schlafanalysemessung) um festzustellen ob ein obstruktives Schnarchen (Schlaf-Apnoe-Syndrom) vorliegt. Im Falle einer Schlaf-Apnoe ist eine Behandlung unumgänglich.

Man unterscheidet zwei Formen des Schnarchens

- Schnarchen ohne Atemstörung
- Schnarchen mit Atemstörung (mit Apnoen=Atemaussetzer. Durch diese kommt es zu einer Sauerstoff-unterversorgung in der Nacht kommen kann. Folgen dessen können sein

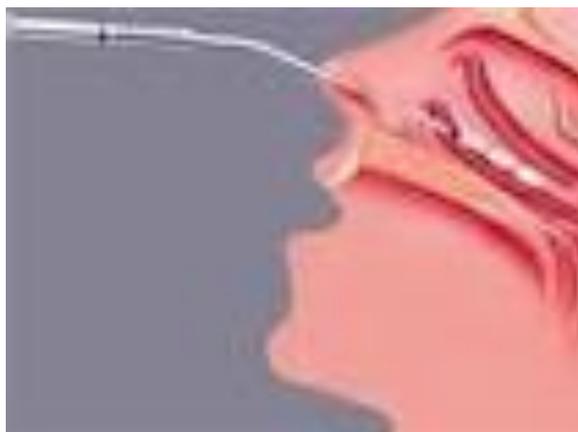
1. Tagesmüdigkeit
2. Bluthochdruck
3. Herz-Lungenerkrankungen
4. Erhöhung des Risikos für Herzinfarkt und Schlaganfall
5. Sexuelle Störungen

Behandlungen

Neben den allgemeinen Maßnahmen gibt es verschiedene Operative Maßnahmen zur Verbesserung der Nasenatmung bzw. zur Erhöhung der Spannung des schlaffen weichen Gaumens

- Korrektur der Nasenscheidewand mit und ohne Nasenmuschelverkleinerung mittels Radiofrequenzvolumenreduktion (RaVor)um eine bessere Nasenatmung zu gewährleisten.
- Erweiterung des Gaumenbogens und Straffung des Gewebes und Kürzung des Zäpfchens mittels Coblations-Radiofrequenztherapie
- Reduktion von überschüssigen Rachen-/Mandelgewebe

Die Neuerung dieser Technik bestand darin, dass unter Einsatz von Radiofrequenz kombiniert mit Kochsalzlösung weiches Gewebe schonend abgetragen oder vermindert (geschmolzen) werden kann. Im Gegensatz zu anderen herkömmlichen Geräten, welche Temperaturen bis 400°Celsius produzieren, wird hier das Gewebe auf maximal 40°Celsius erhitzt. Damit kann das umgebende Gewebe sehr gut geschont werden



Schnarch-Operation:

Hierbei wird mit der Sonde unter der Schleimhaut eine künstliche Vernarbung erzeugt, die zu einer Straffung des Gewebes führt. Zusätzlich wird auch ein Teil des zu langen Gaumensegels, sowie des Zäpfchens mit der Sonde abgetragen. Der Eingriff verläuft sehr schonend, schmerzarm und nahezu unblutig ab- Die Nasenmuschel kann mit dieser Technik von innen her "geschrumpft" werden. Der Eingriff kann in Lokalanästhesie als Einzeleingriff, oder in Vollnarkose in Kombination durchgeführt werden Der große Vorteil liegt in der Effizienz, der Gewebeschonung.

Kosten

Der ärztliche Teil der Behandlung wird bei nachgewiesener Medizinischer Notwendigkeit (Schlafanalyse) von den gesetzlichen/privaten Krankenkassen übernommen. Zusätzlich fallen noch Materialkosten von 70-250 Euro je nach Aufwand und Technik an, die durch den Patienten getragen werden müssen.

Siehe separate Information

