



Albert Haufs
Freier Journalist

Zum Zörr 19
D-41462 Neuss
Tel.: 02131 / 54 30 00
Mobil: 0179 / 11 38 930
Fax: 02131 / 59 29 36 (PC)
Email: albert@haufs.de
Internet: www.haufs.de

Neuss, den 10. Juni 2005

Impotent durch Schnarchen - Ist auch Ihr Mann tagsüber ständig müde und unausgeglichen? Kein Wunder, wenn er nachts lautstark schnarcht und ganze Wälder zu zersägt.

So manche Frau weiß ein leidvoll' Lied davon zu singen: kaum dass man sich mit seinem Partner zu Bett begeben hat, nimmt das Unglück seinen Lauf. Der Mann schläft ein und schnarcht, dass die Wände wackeln und seine Herzensdame tut derweil die halbe Nacht kein Auge zu. In vielen Schlafzimmern ist dieses Szenario alltäglich. Die Folge ist nicht selten, dass sich einer der Partner eine Bettstatt in einem anderen Raum suchen muss. So manche Partnerschaft wurde durch das Schnarchen schon auf eine harte Probe gestellt. Kein Wunder: Manche Schnarcher erreichen akustische Spitzenwerte von bis zu 80 Dezibel, was dem Lärmpegel eines Presslufthammers gleichkommt.

Trotzdem braucht sich heutzutage niemand mehr zu schämen, ein Schnarcher zu sein. Immerhin hat er viele Leidensgenossen. Mittlerweile teilen rund zehn Millionen Deutsche das Schicksal von so berühmten Schnarchern wie Sokrates und Goethe. Und nicht nur der von der nächtlichen Ruhestörung genervte Partner leidet. Zwar ist dem Betroffenen selbst oft nicht bewusst, welchen Schaden seine Gesundheit durch das nächtliche Schnarchen davontragen könnte, tatsächlich aber gilt Schnarchen heute als Ursache für viele Krankheiten.

Ob Abgespanntheit und leichte Reizbarkeit, Depressionen oder sexuelle Funktionsstörungen, dies alles können Folgen einer gestörten Nachtruhe sein. „Das Herz eines Schnarchers leistet nachts Schwerstarbeit“, erklärt uns Dr. Aschmann, ärztlicher Leiter der Privatklinik Medica in Mülheim-Ruhr, wo man sich auf die operative Behandlung von Schnarchern spezialisiert hat, „das Herz ist beim Schnarchen so belastet wie bei einem Jogger. Dabei sollte sich das Herz in der Nacht erholen. Langjähriges Schnarchen ist schon ein Alarmzeichen und kann zu einem erhöhten Infarkt- oder Schlaganfallrisiko führen.“ Dem Schnarcher fehlt also die Möglichkeit zur nötigen, nächtlichen Regeneration und sein Körper steht dadurch unter Dauerstress. Dabei schnarchen Männer deutlich häufiger als Frauen; Rauchen, Alkohol und Übergewicht begünstigen diese lautstarken, nächtlichen Atemgeräusche. Aber mit zunehmendem Alter ab etwa 55 Jahren beginnen auch Frauen immer häufiger zu schnarchen. Möglicherweise spielen nach Meinung der Wissenschaftler die mit dem Einsetzen der Menopause abnehmenden weiblichen Hormone dabei eine wichtige Rolle.

Im Gegensatz zu Frauen neigen Männer bekanntlich dazu Tabu-Themen wie das Schnarchen zu bagatellisieren, insbesondere wenn dies unter Umständen einen Arztbesuch notwendig machen könnte. Bei den beschriebenen Symptomen allerdings sollte „Mann“ die Gefahren nicht auf die leichte Schulter nehmen, speziell wenn es während des Schlafes zu Atempausen (Apnoen) kommt. Bei der am häufigsten vorkommenden Form der Schlaf-Apnoe, der obstruktiven Schlaf-Apnoe (OSA), droht der Betroffene im Extremfall durch einen Verschluss des Rachens nach einem Kollaps der Schlund- und Mundbodenmuskulatur zu ersticken. Jedes Jahr sterben so in Europa etwa dreitausend Menschen im Schlaf - Todesfälle, die in direktem Zusammenhang mit der obstruktiven Schlaf-Apnoe stehen.

Dabei ist das Schnarchen heute gut und effizient behandelbar, nicht nur durch mechanische Hilfsmittel, sondern auch durch moderne, operative Techniken, wie sie in der Mülheimer Medica Klinik praktiziert werden. Der Chefarzt der Klinik Dr. Aschwanden praktiziert seit zwanzig Jahren auf dem Gebiet für Schnarch-Diagnostik und -Therapie; er gilt als Spezialist mit internationalem Ruf. In dieser Fachklinik hat man sich auf schonende Operationstechniken spezialisiert, die das Schnarchen beheben sollen. Bei diesen

neuartigen Behandlungsverfahren wird der vorliegenden Verengung der Atemwege mit Laser oder Radiowellen als sanftem Messer zu Leibe gerückt.

Eine solche Verengung im Bereich der Nase, des Mundes oder des Rachens ist in der Regel die Ursache für das Schnarchen. Ein schlaffes Gaumensegel, eine große Zunge oder auch ein enger Kiefer können für das Schnarchen verantwortlich sein. Eine zusätzliche nächtliche Kraftanstrengung gepaart mit mangelhafter Sauerstoffversorgung im Gehirn ist die Folge.

Laut einer groß angelegten, amerikanischen Studie konnte Dr. A. Jay Block in Kalifornien/USA experimentell nachweisen, dass das Schnarchen den Verstand und die Denkleistungen im Wachzustand beeinträchtigen kann. Morgens fühlt sich der Betroffene wie zerschlagen, ist abgespannt, müde und unkonzentriert.

Bei Verengungen im Nasen- oder Mundbereich gilt eine Operation als Therapie der Wahl. Zuvor erfolgt in der Medica Klinik eine sorgfältige Diagnostik. Im Vorgespräch mit dem Chefarzt wird geklärt, welcher Art die Schlafprobleme sind, am besten in Anwesenheit der Partnerin oder des Partners. Mit einer endoskopischen Untersuchung im Mund- und Rachenbereich kann schnell herausgefunden werden, wo genau sich die Engstelle befindet. Eine neuartige, revolutionäre Technik macht es möglich, dass das Schnarchen mit einer Videoptik an Ort und Stelle aufgezeichnet werden kann. Bei der so genannten SNE wird der Patient für die Untersuchung eine kurze Zeit von einem Anästhesisten in Dämmer Schlaf versetzt. Je nach Befund wird dann mit dem Patienten die weitere Vorgehensweise abgestimmt. Als besonders schonend und innovativ gilt die Radio-Frequenz-Technik, bei der der Chirurg überschüssiges Gewebe an den Schleimhautfalten an Gaumen und Zungengrund völlig unblutig und ohne lokale Verbrennung beseitigen kann.

Chefarzt Dr. Aschmann beschreibt das Verfahren so: „Eine kleine Sonde wird ohne zu verletzen ins Gewebe eingeführt. Dann produzieren die exakt dosierten Radiowellen, die in einer bestimmten Tiefe und Winkelstellung ins Gewebe eindringen, eine gewisse Vernarbung. Das Gewebe ist somit gestrafft und der Schnarcher kann von seinem Leiden befreit werden.“ Der Eingriff erfolgt innerhalb weniger Minuten, während sich der Patient in einer Kurzzeitvollnarkose befindet, die mit einem besonders leichten und schonenden Narkosepräparat eingeleitet wird. Besteht noch eine Beeinträchtigung im Bereich der Nase wie bei einer Nasenscheidewandverkrümmung, kann diese noch in derselben Sitzung mikrochirurgisch mit behoben werden. Schon nach etwa einer Stunde ist der Patient in der Lage ein Tässchen Kaffee oder Tee zu sich zu nehmen und die Klinik wenig später in Begleitung wieder zu verlassen.

„Was wir heute hier machen, davon haben wir vor zehn Jahren noch geträumt!“ berichtet Dr. Aschmann stolz. „Mit den hohen Erfolgsraten und der kurzen Behandlungsdauer können wir auch sehr anspruchsvolle Patienten zufrieden stellen.“

Mit einer Erfolgsquote von über 90 Prozent behebt die Schnarchoperation mittels Radiofrequency oder Ultra-Puls-Laser Schnarchprobleme. Schon drei bis vier Wochen nach der Operation fühlen sich die Patienten ausgeruhter und leistungsfähiger. Frische und Vitalität kehren wieder in den Alltag zurück. Viele Patienten berichten von einem „neuen Lebensgefühl“, die Partnerschaft blüht wieder auf. „Erfreulicherweise beobachteten wir in den letzten Jahren selbst bei Patienten, die wegen einer Schlaf-Apnoe mit einer Überdruckbeatmungsmaske versorgt wurden, eine deutliche Verbesserung der Sauerstoffversorgung nach der Operation. Interessant zu wissen, dass die Patienten die ersten drei Wochen nach der Operation möglicherweise mehr schnarchen als vorher. Dies liegt an der Heilungsphase und ist ganz normal. Ab der vierten Woche lässt das Schnarchen erheblich nach“ beschreibt der Chefarzt den Heilungsprozess. Bei diesen guten Erfolgsaussichten bleibt nur noch zu hoffen, dass die lärmgeplagten Partnerinnen ihre schnarchenden Bettgenossen davon überzeugen können, sich einmal untersuchen zu lassen. Die Privatklinik Medica Mülheim ist eine staatlich anerkannte Fachklinik mit Schwerpunkt auf Nasen- und Schnarchoperationen und die Kosten werden von der Privatkrankenversicherung und der Beihilfestelle bei Vorliegen der medizinischen Indikation übernommen.