

Schlafschienen gegen das Schnarchen

Von Christine Wolff

Martin Sauer schnarcht seit seinem 25. Lebensjahr. Für den heute 49-Jährigen bedeutete dies bis vor Kurzem zwei Schlafzimmer und bei jeder Reise mehr Kosten. „Denn auch in Hotelzimmern konnte meine Frau den Lärm nachts nicht aushalten“, sagt er. Sein Schnarch-Problem hat Martin Sauer in den Griff bekommen, doch der Weg dahin war kein leichter: „Ich war fast bei jedem Facharzt und jeder hatte einen anderen Therapieansatz, einschließlich diverser OP-Vorschläge.“

Hilfe fand Sauer in der Praxis ZahnGesundheit-Oberkassel. Dort wurde ihm eine individuell angepasste Schiene verschrieben, die ihn von seinem Schnarchen befreite. Die Schlafschiene schiebt den Unterkiefer nach vorne und schafft so mehr Platz zum Atmen. „Wenn man den Engpass beseitigt und die Luft wieder ungehindert strömen kann, kann der Patient wieder ohne Probleme atmen“, sagt Zahnärztin Anna-Lena Nitzschmann. Sie ist nach einigen Angaben bisher die einzige Zahnärztin in Düsseldorf, die die zertifizierte Qualifizierung absolviert hat. Im Team von ZahnGesundheit ist sie alleine für die Anpassung der Schienensysteme verantwortlich. „Auch für Patienten, die unter einer so genannten Schlaf-Apnoe leiden und eine Schlafmaske nicht tolerieren, kann diese Schiene eine echte Alternative sein“, sagt Nitzschmann.

Doch bevor sie mit der Anpassung der Schienen beginnt, müssen einige Fragen geklärt werden. Deshalb arbeitet das Team mit einem Netzwerk aus einem Kardiologen, einem HNO-Arzt und einem Schlaf- und Lungenmediziner zusammen. „Wenn alle anderen von uns nicht therapierbaren Ursachen ausgeschlossen werden können, beginne ich damit, die Schiene anzupassen“, sagt Nitzschmann. Nur wenn der Vorschub korrekt eingestellt wird, verspreche die Schiene Erfolg. Zwei Wochen, sagt Sauer, dauerte es, bis man sich an den Fremdkörper im Mund gewöhnt. Das Schnarchen plage ihn nicht mehr. Und mit seiner Frau teile er sich wieder ein Hotelzimmer.

Kontakt unter 0211 7377710