

09.01.2013 – 10:26 Uhr

Schlafapnoe: mehr Frauen betroffen als bisher angenommen

Bern (ots) -

In der Schweiz sind rund 150'000 Menschen von Schlafapnoe betroffen. Die Krankheit mit den Symptomen Schnarchen, Atemaussetzer und Tagesmüdigkeit, gilt immer noch vorwiegend als "Männerproblem", da sie bei Frauen seltener vorkommt und wenig erforscht ist. Seit Kurzem wird in Expertenkreisen intensiv über Schlafapnoe bei Frauen diskutiert. Verschiedene Studien haben aufgezeigt, dass viel mehr Frauen an Schlafapnoe leiden als bisher angenommen, dass die Krankheit bei ihnen aber oft nicht erkannt und dementsprechend nicht behandelt wird.

Bei Frauen unterdiagnostiziert

Auch Frauen leiden an Schlafapnoe, und zwar weitaus häufiger als vermutet - nur bleibt die Krankheit bei ihnen oft unerkannt. Epidemiologische Studien zeigen, dass ein Drittel der Betroffenen Frauen sind. In der Schweiz liegt der Anteil der diagnostizierten Schlafapnoe bei Frauen aber nur bei 13 %. Frauen zeigen häufiger atypische und weniger eindeutige Symptome, wie zum Beispiel Schlaflosigkeit, unruhige Beine (restless legs), morgendliche Kopfschmerzen und Depressionen. Bisher gelang es nicht, einen einfachen Fragebogen zu entwickeln, der Schlafapnoe bei Frauen verlässlich feststellt. "Studien weisen darauf hin, dass Schlafapnoe bei Frauen unterdiagnostiziert wird", sagt der Lungenfacharzt Prof. Dr. med. Robert Thurnheer. Nach der Menopause erhöht sich das Risiko für Schlafapnoe gar unmittelbar um das Zweieinhalbfache.

Schlafapnoe kann behandelt werden

Ein unbehandeltes Schlafapnoe-Syndrom kann die Lebenserwartung um Jahre verringern. Eine aktuelle Studie zeigt, dass unbehandelte schwere Schlafapnoe auch bei Frauen mit einem erhöhten Herzinfarktrisiko einhergeht. "Patientinnen mit schwerer unbehandelter Schlafapnoe sterben häufiger an Herz-Kreislaufkrankungen als die Kontrollgruppe unter Behandlung", so Prof. Thurnheer. Durchschlafstörungen, Tagesmüdigkeit oder nächtliche Atemstillstände sollten deshalb baldmöglichst ärztlich abgeklärt und behandelt werden. Erste Auskunft gibt ein einfacher Online-Risikotest auf www.lungenliga.ch. Die CPAP-Therapie ("Continuous Positive Airway Pressure") ist bei Frauen wie bei Männern meist erfolgreich: Die Atemmaske verhilft zu einem normalen Schlaf, senkt die gesundheitlichen Risiken und verbessert die Lebensqualität.

Angebote für Betroffene

Mit dem einfachen Online-Risikotest unter www.lungenliga.ch/schlafapnoe-test kann das persönliche Schlafapnoe-Risiko in wenigen Minuten getestet werden. Vom 7. bis 25. Januar 2013 beantwortet der Lungenspezialist Prof. Dr. med. Robert Thurnheer unter www.lungenliga.ch/online-arzt Fragen zu Schlafapnoe. Die Lungenliga betreut aktuell rund 43'000 Betroffene mit Schlafapnoe. Sie bietet auf Verordnung der Ärztin oder des Arztes die Therapie mit dem CPAP-Atemgerät an und berät Patientinnen und Patienten im Alltag. Die Broschüre «Schlafapnoe - Symptome erkennen - Lebensqualität gewinnen» kann kostenlos in Deutsch, Französisch und Italienisch über www.lungenliga.ch/publikationen, per E-Mail bei info@lung.ch, oder per Telefon 031/378'20'50 bestellt werden.

Leben heisst atmen

Die Lungenliga ist die Schweizerische Gesundheitsorganisation für die Lunge und die Atemwege. Sie setzt sich dafür ein, dass weniger Menschen an Atemwegserkrankungen leiden oder gar vorzeitig daran sterben, und dass Atembehinderte und Lungenkranke möglichst beschwerdefrei leben können. 23 kantonale Ligen sind wichtige Anlaufstellen für Menschen mit Atembehinderungen und Lungenkrankheiten wie Asthma, Schlafapnoe, chronische Bronchitis und COPD sowie Tuberkulose. Die Lungenliga engagiert sich auch für eine bessere Luft - drinnen und draussen.

Informations- und Bildmaterial zum Thema Schlafapnoe steht zum Herunterladen unter www.lungenliga.ch/medien zur Verfügung

Kontakt:

Lungenliga Schweiz
Frau Ursula Luder
Leiterin Marketing, Kommunikation, Fundraising
Tel.: +41/31/378'20'50
E-Mail: u.luder@lung.ch

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100000839/100730887> abgerufen werden.