

06.03.2014 – 10:00 Uhr

Schlafapnoe: unterschätztes Bluthochdruck-Risiko

Bern (ots) -

Schlafapnoe schränkt nicht nur die Lebensqualität ein, sondern erhöht auch das Risiko für Herz-Kreislauferkrankungen. Unbehandelte schwere Schlafapnoe kann zu Bluthochdruck, Schlaganfall oder Herzinfarkt führen und die Lebenserwartung um Jahre verringern. Die CPAP- Therapie schützt das Herz-Kreislaufsystem und wirkt sich positiv auf den Blutdruck aus.

Mehr als 150'000 Menschen in der Schweiz sind von Schlafapnoe betroffen. Wegen verengter Atemwege setzt ihr Atem im Schlaf immer wieder aus. Sie erwachen kurz - oft bis zu mehreren hundert Mal pro Nacht - ohne es bewusst wahrzunehmen. Der gestörte Tiefschlaf hat Tages-müdigkeit, Konzentrationsstörungen, Stimmungsschwankungen oder Sekundenschlaf zur Folge. Weniger bekannt, aber nicht minder gefährlich, sind die Risiken für Herz-Kreislauferkrankungen.

Risiko für Schlaganfall und Herzinfarkt

Neben der eingeschränkten Lebensqualität sind die Langzeitfolgen von Schlafapnoe nicht zu unterschätzen. «Durch die massive Schlafstörung und wiederholten Sauerstoffabfälle steht der Körper unter Stress, schüttet vermehrt Adrenalin aus und es kommt zu einem Puls- und Blutdruckanstieg. Damit erhöht sich das Risiko für Bluthochdruck, Herz- und Kreislauferkrankungen» sagt der Lungenfacharzt Prof. Dr. med. Robert Thurnheer. Menschen mit unbehandelter schwerer Schlafapnoe haben ein dreimal höheres Risiko, innerhalb von zehn Jahren einen Schlaganfall oder Herzinfarkt zu erleiden als Gesunde.

Länger und besser leben dank Therapie

Die häufigste Therapie bei Schlafapnoe ist die sogenannte CPAP-Therapie, bei der nachts eine Atemmaske durch Überdruck die Atemwege offen hält. Immer mehr Studien belegen, dass die CPAP-Therapie nicht nur Sekundenschlaf verhindert, sondern auch zuverlässig das Herz-Kreislaufsystem schützt und sich positiv auf den Blutdruck auswirkt. «Patientinnen und Patienten mit schwerer Schlafapnoe profitieren doppelt von einer CPAP-Therapie: Nach wenigen Nächten verbessert sich die Lebensqualität, und mittelfristig gleicht sich das Risiko für Schlaganfall und Herzinfarkt demjenigen von Normalpersonen an», so Prof. Dr. med. Robert Thurnheer. Von den rund 150'000 Betroffenen in der Schweiz wird aber erst ein Drittel behandelt. Wichtig ist deshalb: Wer tagsüber ständig müde ist und in der Nacht Atemaussetzer hat, sollte dies unbedingt ärztlich abklären lassen. Erste Auskunft über ein mögliches Risiko gibt ein einfacher Online-Risikotest auf www.lungenliga.ch/schlafapnoe-test.

Die Lungenliga hilft

Schweizweit betreut die Lungenliga rund 47'000 Betroffene mit Schlafapnoe. Sie bietet auf ärztliche Verordnung die CPAP-Therapie an und berät Patientinnen und Patienten im Alltag.

- Online-Risikotest: www.lungenliga.ch/schlafapnoe-test
- Online-Arzt: Vom 10. bis 28. März 2014 beantwortet Prof. Dr. Robert Thurnheer Fragen zu Atemwegs- und Lungenkrankheiten: www.lungenliga.ch/online-arzt
- Kostenlose Informationsbroschüren: www.lungenliga.ch/publikationen
- Weitere Informationen: www.lungenliga.ch/schlafapnoe

Leben heisst atmen

Die Lungenliga berät und betreut Menschen mit Lungenkrankheiten und Atembehinderungen, damit sie möglichst beschwerdefrei und selbständig leben können und eine höhere Lebensqualität erreichen. Fachlich gut vernetzt vertritt sie die Anliegen ihrer Patientinnen und Patienten und fördert deren Selbsthilfe. Mit Prävention und ihrem Engagement für saubere Luft setzt sich die Lungenliga dafür ein, dass immer weniger Menschen an Lunge und Atemwegen erkranken.

Kontakt:

Lungenliga Schweiz
Barbara Weber, Mediensprecherin
Tel. +41 31 378 20 72
b.weber@lung.ch

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100000839/100752442> abgerufen werden.