



Schlaf geraubt? Schnarcher- und Knirscherschienen

Während des Schlafens wird die Spannung bestimmter Muskelgruppen herabgesetzt. So erschlafft auch die Muskulatur im Bereich der Luftwege. Ist diese Entspannung sehr ausgeprägt, können die Weichgewebe des Luftraumes kollabieren und diesen Bereich versperren.

Die Luft kann den Rachenraum nicht mehr passieren. Sehr häufig spielt dabei die Position des Unterkiefers eine große Rolle. Im Schlaf fällt dieser zurück und kann den pharyngealen Raum blockieren. Dies ist meist mit Schnarchgeräuschen verbunden.

In Deutschland z.B. leiden zwei Millionen Menschen unter obstruktiver Schlafapnoe. Man schätzt, dass ein Viertel dieser Menschen über eine Schnarcherschiene zu therapieren ist. Dies bedeutet, dass in Deutschland 500.000 Menschen auf die Hilfe eines Zahnarztes zurückgreifen könnten.

Was sind Schnarcherschienen?

Bei Schnarcherschienen wird über die Ober- und Unterkieferzahnreihen ein dünner Kunststoffüberzug gestülpt.

Die beiden Kiefer werden durch Teleskoparme miteinander verbunden, so dass der Unterkiefer im Schlaf nicht zurückfallen kann und der Luftweg frei bleibt. Öffnungs-, Vor- und Seitbewegungen sind möglich.

Es gibt auch die Möglichkeit, mit einem akustischen Pharyngometer den Luftweg beim Ein- und Ausatmen auszumessen. Eine gute Prognose für eine Schnarcherschiene besteht, wenn sich dieser beim Verschieben des Unterkiefers der Luftraum vergrößert.

Ausführliche Informationen zum Thema ‚Schnarchen‘ und ‚Schnarcherschienen‘ erhalten Sie bei www.iccmo.de/schnarchen.htm.