

# Schlafapnoe:

## Symptome, Vor- und Folgeerkrankungen, Risikogruppen



Insgesamt ist bei ca. **6 bis 8% der Bevölkerung** von einer therapiebedürftigen Schlafapnoe auszugehen, besonders betroffen ist die Altersgruppe bis 65 Jahre.

Die folgende Zusammenfassung zeigt, in welchem hohem Anteil in den jeweiligen Gruppen der Betroffenen mit einer schlafbezogenen Atmungsstörung zu rechnen ist:

<b>Koronare Herzkrankheit</b>	davon sind ca. 30 bis 40%	Schlafapnoepatienten
<b>Herzinsuffizienz</b>	davon sind ca. 60 bis 70%	Schlafapnoepatienten
<b>Herzrhythmusstörungen, besonders Vorhofflimmern</b>	davon sind ca. 30%	Schlafapnoepatienten
<b>Bluthochdruck</b>	davon sind ca. 30%	Schlafapnoepatienten
<b>schwer einstellbarer Bluthochdruck</b>	davon sind ca. 60 bis 80%	Schlafapnoepatienten
<b>Übergewicht (Adipositas)</b>	hoher Risikofaktor	für Schlafapnoe
<b>Schlaganfall (Apoplex)</b>	davon sind ca. 60%	Schlafapnoepatienten
<b>Diabetes mellitus, pathologische Glukosetoleranz</b>	eng korreliert	mit Schlafapnoe
<b>Insbesondere schwer einstellbarer Diabetes mellitus Typ II</b>	davon sind ca. 50%	Schlafapnoepatienten
<b>Depressionen</b>	davon sind ca. 20 bis 30%	Schlafapnoepatienten
<b>ADHS (bei Kindern; oft in Verbindung mit PLMS)</b>	davon haben ca. 30%	eine Schlafapnoe
<b>Erektile Dysfunktion (Potenzstörungen)</b>	davon haben ca. 30%	eine Schlafapnoe
<b>Tagesmüdigkeit (bes. Tagesschläfrigkeit)</b>	davon sind ca. 50%	Schlafapnoepatienten
<b>Schnarchen</b>	davon haben ca. 10%	eine Schlafapnoe

**Besonders hohes Risiko bei Schnarchen in Verbindung mit Übergewicht!**

Die prozentualen Angaben beziehen sich auf die Krankheitsbilder, die diese als Hauptdiagnose aufweisen. Bei Kombinationen steigt das Risiko für das Vorhandensein einer Schlafapnoe entsprechend an.

Quelle: idoc-test.de

Info: Selbsthilfegruppe Schlafapnoe Österreich

[www.schlafapnoe-shg.at](http://www.schlafapnoe-shg.at)

[kontakt@schlafapnoe-shg.at](mailto:kontakt@schlafapnoe-shg.at)

# Symptome der Schlafapnoe:

- Lautes und unregelmäßiges Schnarchen
- Tagesmüdigkeit oder Einschlafzwang am Tag
- Verminderung der geistigen und körperlichen Leistungsfähigkeit
- Konzentrationsschwäche und Gedächtnisstörungen
- Lernstörungen (bes. bei Kindern; auch ADS und ADHS)
- Alpträume
- Sexuelle Störungen (Impotenz, Libidoverlust)
- Depressionen
- Bettnässen (bei Kindern)
- Schwindelanfälle
- Persönlichkeitsveränderungen
- Nächtliches Schwitzen
- Nächtliches Wasserlassen
- Kopfschmerzen (besonders beim Erwachen)
- Gereiztheit (gesteigerte Reizbarkeit)

## Mögliche Folgen und Folgeerkrankungen:

- Herz-Kreislaufkrankungen
- Bluthochdruck-Erkrankungen (besonders schwer einstellbarer Bluthochdruck)
- Herzrhythmus-Erkrankungen
- Koronare Herzkrankheiten mit Herzinfarkt
- Herzinsuffizienz (Herzmuskelschwäche)
- Plötzlicher Herztod
- Schlaganfall (und TIA als Vorstufe)
- Krankhafte Vermehrung der roten Blutkörperchen
- Nächtliches Nasenbluten
- Depressionen
- Erektile Dysfunktion
- Tagesmüdigkeit mit selbstverschuldeten Unfällen (am Arbeitsplatz oder im häuslichen Bereich)
- Diabetes (schwer einstellbarer Insulinbedarf bes. bei Diabetes mellitus Typ II)
- Sekundenschlaf (erhöhte Unfallgefahr im Verkehr und am Arbeitsplatz!)
- Konflikte im Zusammenhang mit erhöhter Reizbarkeit (berufliche Probleme oder in der Partnerschaft)
- Tinnitus

## Risikofaktoren:

- Starkes Übergewicht
- Alkohol, Drogen und Rauchen
- Schlaf- und Beruhigungsmittel
- Unregelmäßige Schlafzeiten (z.B. bei Schichtarbeit)
- Mangelnde Schlafhygiene
- Engstellen im Nasen- und Rachenraum, große Mandeln

Quelle: idoc-test.de

Info: Selbsthilfegruppe Schlafapnoe Österreich

[www.schlafapnoe-shg.at](http://www.schlafapnoe-shg.at)

[kontakt@schlafapnoe-shg.at](mailto:kontakt@schlafapnoe-shg.at)