



[W] wie Wissen



## Rückschau: Volkskrankheit Schnarchen

Sendung vom

Mi, 02.06.04 | 21:45 Uhr

[DasErste.de Startseite](#)

### Informationssendungen

#### W wie Wissen

[Vorschau](#)
[Rückschau](#)
[Dennis Wilms & Team](#)
[Mehr Wissen](#)
[Kontakt](#)

### Unterhaltungssendungen

[Check Eins – Kinder](#)
[Community](#)
[Service](#)
[Programm](#)
[Sendungen im Ersten A–Z](#)
[Das Erste Mediathek](#)

In Millionen deutscher Schlafzimmer hängt der Haussegel schief, weil der Mann extrem laut schnarcht. Noch viel zu oft wird die nächtliche Lärmbelästigung hingenommen, ohne ärztlichen Rat zu suchen. W WIE WISSEN stellt eine noch zu wenig bekannte ambulante Operationsmethode vor, die meist die Verordnung einer Atemmaske ersetzen kann.

In der Medica-Klinik in Mülheim, hofft der immermüde Schnarcher Achim Pokorny auf die erlösende Operation, auch seiner Frau zuliebe.

Melanie Pokorny: "Ich hab ihn hierher geschickt. Ja, ich fand es wirklich toll, dass mein Mann, der ja sehr beschäftigt ist - letzte Woche noch in Argentinien war - sich dann doch noch sofort hierhin begeben hat."

Das beängstigende Wechselspiel von Schnarchen und Atemstillstand nennen Mediziner Schlafapnoe. Sie führt dazu, dass der Schlaf auch bei ausreichender Dauer zu wenig Erholung bringt. Der gesamte Organismus leidet auf Dauer.

### Ursache: verengte Atemwege

Durch endoskopische Untersuchungen findet Schnarchchirurg Antoine Aschmann sofort die Ursache des nächtlichen Lärmterrors: verengte Atemwege. Für den Ehepartner eine unzumutbare Dauerbelastung.

Melanie Pokorny: "Ich habe mich an Oropax gewöhnt, weil ich auf keinen Fall aus dem Ehebett, aus dem Schlafzimmer ausziehen wollte. Aber auch Oropax reicht nicht, das geht durch sämtliche Wände durch."

Wie Achim Pokorny leidet auch Heinz Zeutzem unter extremer Schlafapnoe. Bleierne Müdigkeit macht dem Schwergewicht unter Tags zu schaffen. Und nachts terrorisiert auch er lautstark seine Lebensgefährtin

Jutta Zickau: "Er schnarcht sehr laut, setzt dann aus, holt dann wieder ganz tief Luft und fängt wieder an. In jeder Lage, also nicht nur auf dem Rücken, sondern auf der Seite, egal wo und die ganze Nacht durch und immer. Es gibt also keine Tage, wo nichts ist."

### Nächtliches Drama

Das nächtliche Drama im Schlafzimmer hat Jutta Zickau auf Video festgehalten. Als ihr Lebensgefährte Heinz Zeutzem die Aufnahmen sieht, ist er geschockt.

Heinz Zeutzem: "Ich lag dort und ich merkte ganz deutlich: Ich atme nicht mehr. Da laufen die Sekunden weg, und da fragt man sich, wann kommst Du denn wieder. Dann war auf einmal wieder Luft da, aber nicht von langer Dauer."

Die Medica Klinik in Mülheim. Ein Tempel der Verheißung für Schnarchgeplagte und deren Opfer. Auch Heinz Zeutzem sucht bei Dr. Aschmann Hilfe. Er erläutert das Untersuchungsergebnis.

Antoine Aschmann: "Sie haben eine sehr starke Verengung im Rachenbereich. Die Zunge ist sehr stark, das Gaumensegel hängt, und Sie haben ein sehr starkes Übergewicht. All das führt zum Schnarchen. Daher halte ich eine Untersuchung im Schlaflabor für außerordentlich wichtig. Dort kann man genau messen: Sind Atempausen vorhanden, wie viel, wie lange, welche Auswirkung diese Atempausen auf das Herz und das Gehirn haben."

### Schwere Schlafapnoe

[Springe zu:](#)

[E-Mail an die Redaktion](#)
[Weiterempfehlen](#)
[Drucken](#)

Im Schlaflabor dann die endgültige Bestätigung. Schwere Schlafapnoe. Unbehandelt drohen Herzinfarkt Schlaganfall und Impotenz. Nach der Untersuchung ist klar: Heinz Zeutzem ist ein Kandidat für die klassische Schlafmaske. Sie bläst mit Überdruck Luft in die Lunge. Wirksam, wenn auch höchst unbequem. Doch Heinz Zeutzem hat keine Alternative. Durch sein Übergewicht sind Zunge und Gaumensegel zu dick, als dass Ihm eine Operation helfen könnte.

Häufigste Ursache des Schnarchens: Das erschlaffte, flatternde Gaumensegel behindert das Atmen. Dr. Aschmann weiß daher, warum Schnarcher wie Achim Pokorny sich tagsüber oft wie gerädert fühlen.

Antoine Aschmann: "Dieser Kraftaufwand, den die Lunge jetzt jede Nacht macht, ist sehr vergleichbar mit einem Jogger, der die ganze Nacht durch den Wald joggt. Das kostet viel Energie, die am nächsten Tag dadurch verloren geht."

### Operation gegen Schnarchen

Achim Pokorny profitiert von einer Operationsmethode, die in den letzten Jahren immer weiter perfektioniert wurde. Mit einer speziellen Sonde werden gezielt Vernarbungen im Gaumensegel hervorgerufen, damit es sich strafft. Auf diese Weise kann das Schnarchen behoben werden. Dr. Aschmann zur Methode:

"Die Sonde geht durch die Schleimhaut, ohne sie zu verletzen. Wird eine bestimmte Frequenz gegeben, entsteht in der Tiefe eine Vernarbung. Es kommt es auf die Erfahrung des Operateurs an, diese Sonde so zu platzieren, bei einem bestimmten Winkel, bei einer bestimmten Stärke, dass die Straffung optimal ist. Dann flattert das Gaumensegel weniger und wird dadurch etwas steifer."

Etwa bei der Hälfte der Schlafapnoe-Patienten kann diese Operation helfen und die Maske ersetzen. Davon ist Dr. Aschmann überzeugt. Er kann auf hochzufriedene Exschnarcher verweisen, denen der Eingriff geholfen hat.

Ein paar Wochen nach der Operation ihres Mannes ruft Melanie Pokorny an. Der Eingriff habe sich gelohnt: Kein Schnarchen, keine Tagesmüdigkeit mehr. Ja, sie seien beide überglücklich!

---

*Dieser Text gibt den Fernsehbeitrag vom 02.06.2004 wieder. Eventuelle spätere Veränderungen des Sachverhaltes sind nicht berücksichtigt.*

---

[▲ nach oben](#)

[◀ Zu allen Themen dieser Sendung](#)

BR HR MDR NDR Radio Bremen RBB SR SWR WDR  
ARD Digital ARTE PHOENIX 3sat KI.KA DLF/DKultur DW