Was ist eine Polygrafie?

Die Polygrafie ist eine Untersuchungsmethode in der Schlafmedizin.

Dabei werden mit einem tragbaren kleinem Gerät (ähnlich wie bei einer Langzeit-Blutdruck- oder -EKG-Messung) über Nacht während des gewohnten Schlafes wichtige Körperfunktionen aufgezeichnet , die erste Hinweise auf die Ursache einer schlafbezogenen Atmungsstörung (SBAS) geben können.

Die Anlage des Gerätes erfolgt abends vor dem zu Bett gehen.

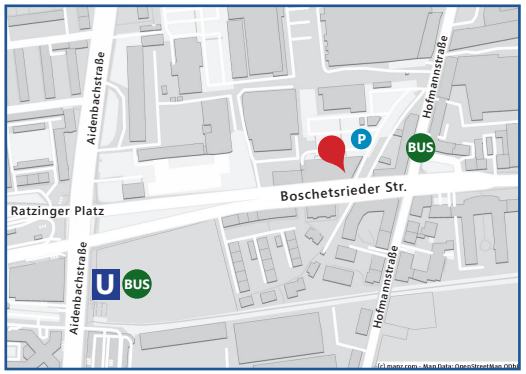
Sie schlafen dann die Nacht in Ihrem eigenem Bett und bringen uns am nächsten Morgen das Gerät zur Auswertung zurück.

Folgende Ärzte führen die Polygrafie in unserer Praxis durch:

- Dr. Claus Black
- Dr. Robert Janson-Müller
- Fr. Susanne Noe

verwendete Photos © adobe stock: Paolese, Konstantin Yuganov, Alex Mit

Wenn Sie noch Fragen haben, wenden Sie sich an Ihren behandelnden Arzt



Praxis Dr. Grassl Boschetsrieder Str. 72
gute Parkmöglichkeit hinter dem Haus
Verkehrsanbindung:
U3 Aidenbachstraße / Ratzinger Platz
Bus 53 und 136 Haltestelle Hofmannstraße

Praxis Dr.Grassl

Praxis Dr.Grassl
Boschetsrieder Str. 72 81379 München
Telefon: 089 / 74 88 940
Fax: 089 / 74 88 94 22
www.praxis-grassl.de

Polygraphie

Untersuchung der Atmung im Schlaf

Patienteninformation
zur Untersuchung der Atmung im Schlaf

Praxis Dr.Grassl

Ich brauche einen gesunden Schlaf

Dass wir etwa ein Drittel unseres Lebens im Schlaf verbringen, ist für die meisten wahrscheinlich nichts Neues. Dass gesunder Schlaf für unsere körperliche und geistige Gesundheit genauso wichtig ist wie Essen und Trinken, wohl ebenfalls nicht.

Vereinzelt auftretende Schlafstörungen können bei jedem vorkommen und müssen kein Problem bilden. Allerdings gibt es auch Beeinträchtigungen des Schlafes, die einschneidend sind und einen teilweise sogar ein Leben lang begleiten.

Dazu zählt die Schlafapnoe, die durch massive nächtliche Atemstillstände gekennzeichnet ist. Ohne Behandlung können daraus schwere Folgeerkrankungen drohen.

Es gibt jedoch Therapieverfahren, mit denen die negativen gesundheitlichen Auswirkungen effektiv gemindert werden können.

Die Schlaf- und Lebensqualität wird deutlich verbessert.

Was ist eine Schlafapnoe?

Schlafapnoe bedeutet etwas frei übersetzt „Atemstillstand im Schlaf“.

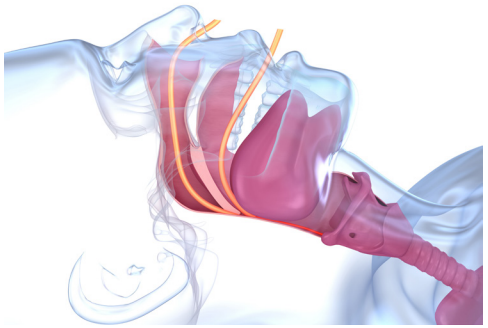
Genauer betrachtet handelt es sich sogar um wiederholte Atemstillstände. Von einer Apnoe wird gesprochen, wenn die Atempause länger als zehn Sekunden dauert und mindestens zwischen fünf und zehn Mal pro Stunde eintritt.

Was ist eine obstruktive Schlafapnoe?

Bei der obstruktiven Schlafapnoe gibt das Gehirn den Befehl zum Atmen, doch der eingeatmete Luftstrom gelangt nicht durch den Rachen in die dahinterliegende Luftröhre. Auch die Ausatmung gelingt nicht reibungslos. Dies liegt an einer vorübergehenden Obstruktion, also einem Verschluss der oberen Atemwege, der den Weg für die Atmung verengt oder sogar versperrt.

Man kann nicht genügend Kohlenstoffdioxid ausatmen oder Sauerstoff aufnehmen, Puls und Blutdruck sinken und der Körper versetzt sich in einen Alarmzustand, der eine Weckreaktion auslöst.

Durch diese Weckreaktion, auch „Arousal“ genannt, setzt die Atmung binnen weniger Sekunden wieder ein. Der Vorgang wird in der Regel von den Betroffenen nicht erinnert. Sie bemerken jedoch die Auswirkungen der Schlafunterbrechung am Tag.



Nacht-Symptomatik

- Bluthochdruck
- Luftnot, Herzrhythmusstörungen
- Schwitzen, motorische Unruhe
- Berichtete Atempausen
- Unregelmäßiges Schnarchen

Tages-Symptomatik

- Bluthochdruck
- Morgendlicher Kopfschmerz
- Konzentrationsprobleme
- Müdigkeit, Schläfrigkeit
- Morgendliche Mundtrockenheit

Diese Beschwerden können die Folgen von gestörtem Schlaf sein. Daher sollten sich Betroffene, die zudem häufig an Ein- und Durchschlafstörungen leiden, an ihren Arzt wenden.

In einem Anamnesegespräch und durch verschiedenene individuelle Untersuchungen werden andere Ursachen der Beschwerden ausgeschlossen.

Erhärtet sich der Verdacht auf eine schlafbezogene Atmungsstörung, erfolgt eine nächtliche Untersuchung mit einem mobilen Aufzeichnungsgerät (Polygraphie) beim Patienten zu Hause.

Diese Untersuchung führt gegebenenfalls zur Diagnose der häufigsten schlafbezogenen Atmungsstörung: der obstruktiven Schlafapnoe.