

Schlafbezogene Atemstörungen

von Dr. med. J. Meichtry, MSc ETH

Die schlafbezogenen Atemstörungen sind durch Abnormitäten der Atmung während des Schlafes charakterisiert. In gewissen Störungen ist auch die Atmung während der Wachheit verändert.

Die schlafbezogenen Atemstörungen sind wie folgt aufgeteilt: Obstruktive Schlafapnoe-Störungen, zentrale Schlafapnoe-Störungen, schlafbezogene Hypoventilations-Störungen und schlafbezogene Hypoxämie-Störungen.

Zum Beispiel: Obstruktive Schlafapnoe-Störungen (OSA)

Die OSA ist durch wiederholte Episoden einer kompletten (Apnoe) oder teilweisen (Hypopnoe) Einengung der oberen Atemwege während des Schlafes gekennzeichnet. Diese Episoden resultieren oft in eine Reduktion der Sauerstoffsättigung und werden meist durch kurze Aufwachreaktionen vom Schlaf beendet. Per Definition müssen die Apnoe und Hypopnoe Episoden mindestens 10 Sekunden lang andauern. Sie können in jedem Schlafstadium, insbesondere im NREM-1, NREM-2 und REM-Schlaf auftreten.

Wenn die Episoden im REM-Schlaf und in Rückenlage auftreten, dauern sie länger und sind mit einem deutlicheren Abfall der Sauerstoffsättigung assoziiert. Vom Bettpartner können Schnarchen, Atemaussetzer und Körperbewegungen, die den Schlaf stören, beobachtet werden. Der Schlaf ist häufig, trotz der ausreichenden Schlafdauer, nicht erholsam. Atemflusslimitationen und Schnarchen können infolge von Alkohol-Konsum, dämpfenden Medikamenten vor dem Schlaf und Gewichtszunahme verstärkt auftreten.