

# Spange gegen unfreiwillige Atempausen

Für Schlafapnoe-Patienten gibts diverse Therapien – nun wird eine Gaumenspange klinisch getestet

VON NIK WALTER

So frisch und ausgeschlafen war Michael S. schon lange nicht mehr. Normalerweise fühlt sich der stämmige 40-Jährige nach dem Aufstehen um 5.30 Uhr wie gerädert, er braucht drei Tassen Kaffee, um auf Touren zu kommen. Doch in dieser Nacht hat er erstmals eine Schnarchspange getragen, die dafür sorgt, dass seine Atemwege im Gaumenbereich offen bleiben.

Michael S. leidet an Schlafapnoe. Etwa jeder 25. Mann und jede 50. Frau über 40 ist von dieser ernsthafte Schlafstörung betroffen. Dabei setzt Nacht für Nacht immer wieder die Atmung aus, für 10 Sekunden oder länger, und dies 20-, 30- oder sogar mehr als 40-mal pro Stunde. Diese Aussetzer entstehen, weil sich im Gaumenbereich oder hinter der Zunge im Rachen die Luftwege verschliessen. Ringt der Patient schliesslich nach Luft, wacht er immer wieder kurz auf. Am Tag fühlen sich Apnoiker sackmüde, nickengerne ein. Und: Wegen des chronischen nächtlichen Sauerstoffmangels haben sie ein erhöhtes Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Hirnschläge.

Am stärksten gefährdet sind Übergewichtige, sagt Kurt Tschopp, Direktor der HNO-

Klinik am Kantonsspital Liestal. «Mit einer Gewichtsreduktion um 10 Kilo kann man die nächtliche Atemaussetzer-Rate reduzieren.»

Für Schlafapnoe-Patienten gibt es heute – neben der Gewichtsreduktion – eine breite Palette von wirksamen Therapien. Nur: Alle Methoden haben einen Haken. So sind sie entweder schlecht verträglich, erfordern einen chirurgischen Eingriff unter Vollnarkose, oder es fehlt ihnen der wissenschaftliche Wirksamkeitsnachweis.

«Multilevel»-Operation normalisiert Sauerstoffzufuhr

Erwiesenermassen erfolgreich ist die CPAP-Methode. Dabei trägt der Patient nachts eine Maske, die ihm Atemluft mit einem leichten Überdruck zuführt. Die Atemwege bleiben offen, die Aussetzer aus. Aber nicht alle Apnoiker mögen das Gerät, als Nebenwirkungen können Blähungen oder entzündete Augen auftreten. «Ich empfehle das CPAP-Gerät vor allem Patienten mit einer hochgradigen Schlafapnoe», sagt Tschopp.

Wenig erfolgreich waren bis vor kurzem operative Eingriffe. Das hat sich laut Tschopp aber geändert. Bei Patienten mit leichter bis mittlerer Schlafapnoe kann ein «Multilevel»-Eingriff, bei dem im Bereich der Nase, des Gaumens und des Rachens operiert wird, die



FOTO: RUTHERY

**Auch Schlafen ist eine Form von Kritik, vor allem im Theater**

GEORGE BERNHARD SHAW

Sauerstoffzufuhr in 80 Prozent der Fälle normalisieren. Tschopp ist schweizweit der Einzige, der «Multilevel»-Chirurgie praktiziert.

Wer aber wie Michael S. weder Lust hat auf einen chirurgischen Eingriff noch die CPAP-Maske akzeptiert, für den gibt es andere Hilfsmittel. Viel versprechend ist

die Velumount-Spange, dank der auch Michael S. wieder besser schlafen kann. Entwickelt wurde die grüne Kunststoff-Draht-Konstruktion vom Berner Techniker und Tüftler Arthur Wyss, selber ein Apnoiker und schon erfolglos operiert. Die Spange, die das Gaumensegel (velum) so fi-

xiert (to mount), dass es die Atemwege nächtens offen lässt, wird von den Trägern meist gut toleriert. «Der Velumount ist in der Regel gut verträglich», sagt Schlafapnoe-Experte Tschopp. «Eine wirklich gute Sache.»

Wyss hat bisher rund 3000 Schnarchern und Schlafapnoe-Pa-

tienten eine Velumount-Spange angepasst. Offenbar mit viel Erfolg. Die positiven Rückmeldungen, die Wyss auf der Webseite [www.velumount.ch](http://www.velumount.ch) publiziert, sind zahlreich, und auch HNO-Ärzte wie Tschopp attestieren der Drahtspange eine gute Wirksamkeit. Was (noch) fehlt, sind wissenschaftlich durchgeführte Studien, die die Beobachtungen von Wyss mit Zahlen belegen.

«Immer wieder wurde mir versprochen, dass jetzt dann eine Studie gestartet würde», sagt Wyss. Nach langem Warten ist es nun so weit: Am Kantonsspital Liestal testet Tschopp seit Februar die Wirksamkeit der Gaumenspange. Bislang sechs Schnarchpatienten, zwei davon Apnoiker, hat der HNO-Arzt untersucht. Ohne die genauen Ergebnisse zu verraten, lässt Tschopp durchblicken, dass die bisherigen Resultate positiv aussehen.

Die Velumount-Spange könnte also für viele Apnoiker eine passende Alternative sein – ein Patiententrezept für alle Schlafapnoe-Patienten ist sie indes nicht. Es gibt weitere Behandlungsmöglichkeiten wie etwa eine Zahnschiene, um das Zurückfallen der Zunge im Schlaf zu verhindern. Deshalb, so Tschopp, sei wichtig: «Man muss die Therapie immer dem Patienten individuell anpassen.»