

KONTAKT

Interesse? Fragen?
Wir beraten Sie gerne!
Vereinbaren Sie einen Termin unter:

0471 - 4 38 38
info@dr-ralph-deppe.de
oder im Internet:
www.dr-ralph-deppe.de



GESUND SCHLAFEN OHNE SCHNARCHEN

SO GELANGEN SIE ZU UNS



Anschrift	Bürgermeister-Smidt-Str. 96 27568 Bremerhaven
Tel	0471 - 4 38 38
Fax	0471 - 9 41 43 33
Web	www.dr-ralph-deppe.de
Email	info@dr-ralph-deppe.de



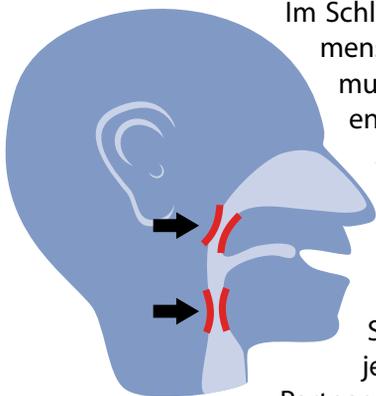
LIEBE PATIENTEN,

Schnarchen ist ein weit verbreitetes Problem!

60 % der Männer und 40 % der Frauen über 60 Jahre schnarchen. Bei den 30-jährigen sind es 10 % der Männer und 5 % der Frauen.

Beim Schnarchen entstehen so laute Geräusche, dass der Partner und sogar andere Hausbewohner in ihrer Nachtruhe gestört werden.

Wie kommt es zum Schnarchen?



Im Schlaf erschlaffen das Gaumensegel und die Rachenmuskulatur. Dadurch verengt sich der natürliche Atemweg. Beim Atmen entsteht eine Vibration der Weichteile, die die Schnarchgeräusche verursacht.

Schnarchen belastet jedoch nicht nur den

Partner. Es kann auch die Gesundheit des Schnarchenden selbst stark beeinträchtigen.

Verengt sich der Atemweg durch das Erschlaffen der Rachenmuskulatur so stark, dass nur noch sehr wenig Atemluft passieren kann oder die Atmung sogar vollständig unterbrochen wird, findet zeitweise keine ausreichende Sauerstoffversorgung des Gehirns statt und der Körper reagiert mit einer Weckfunktion.

Dabei erwacht der Betroffene nicht notwendigerweise vollständig. Sein Körper wird nur soweit aus dem Tiefschlaf geholt, dass sich der Muskeltonus der Rachenmuskulatur steigert und ein normales Atmen möglich ist.

Was sind mögliche Folgen des Schnarchens?

Die so genannte „Schlafapnoe“ führt zu einer vermehrten Tagesmüdigkeit, eingeschränkter Leistungsfähigkeit und Konzentrationsstörungen im Alltag. Das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Herzinfarkt und Schlaganfall ist bei Schlafapnoe-Patienten stark erhöht.

Was kann man gegen das Schnarchen und die Folgen tun?

Egal ob das Schnarchen Ihre Partnerschaftsbeziehung oder Ihre Gesundheit gefährdet – wir können Ihnen helfen!

Sie erhalten von uns individuell gestaltete Zahnschienen. Diese setzen Sie über Nacht in Ihren Mund ein. Das führt dazu, dass der Unterkiefer vorverlagert wird und die Luftpassage geöffnet bleibt.

Das Schnarchen und die Atemnot werden verringert oder verschwinden gänzlich.

Schnarchen muss also nicht sein!

