

Behandlungsspektrum

- Schnarchen
- Schlafbezogene Atmungsstörungen
- Ein- und Durchschlafstörungen
- Syndrom der unruhigen Beine (RLS)
- Periodische Beinbewegungen (PLMS)
- Narkolepsie
- Insomnie
- Hypersomnie (erhöhtes Schlafbedürfnis)
- Störungen im Schlafablauf (Schichtarbeitersyndrom)
- Parasomnie (z.B. Albträume, Schlafwandeln)

Diagnostik und therapeutisches Leistungsspektrum

- Polygraphie (ambulantes Screening)
- Polysomnographie
- Multiple Schlaflatenztests und Wachheitstests
- Vigilanztest zur Überprüfung der Schläfrigkeit
- Aufklärung und Beratung über allgemeine Maßnahmen zur Verbesserung des Schlafes (Schlafhygiene)
- Lagekorrekturen
- Einstellungen auf nicht invasive Beatmung (Schlafmasken/ nCPAP)
- Kontrollen von Protrusionsschiene
- Psychotherapeutische Verhaltenstherapie
- Beurteilung von Fahrtüchtigkeit bei Tagesmüdigkeit
- Kontrolle von Beatmungstherapien



SCHLAFMEDIZINISCHES ZENTRUM

HNO KLINIK DR. GAERTNER

Possartstr. 31 - 81679 München

Tel. (089) 998 902 89 Fax. (089) 998 902 97

Mail: schlaflabor@gaertnerklinik.de

Internet: www.gaertnerklinik.de

ANMELDUNG UND TERMINVERGABE

Telefonisch unter: (089) 998 902 89

Telefonsprechzeiten:

Montag bis Donnerstag von 9- 14 Uhr



SO FINDEN SIE UNS: ...MIT DEM AUTO

SO FINDEN SIE UNS: ...mit den öffentlichen Verkehrsmitteln:

U5 bis
Prinzregentenplatz
Bus 54 Haltestelle
Galileiplatz
Bus 100 Haltestelle
Prinzregentenplatz
Tram 16 Haltestelle
Sternwarte



HNO-KLINIK DR. GAERTNER



Ganz Ohr
sein für den
Patienten

Behandlungseinheit für Schlafmedizin

Leitbild

Unser schlafmedizinisches Zentrum stellt den Menschen mit Störungen seines Schlafes in den Mittelpunkt.



Warum brauchen wir einen gesunden Schlaf?

Schlaf ist so wichtig wie Essen und Trinken. Ein gesunder Schlaf ist die Voraussetzung für einen gesunden Organismus, körperliche und geistige Leistungsfähigkeit.

Während der Nachtruhe durchwandert der Mensch im Schlaf verschiedene Stadien, die sich in regelmäßigen Perioden wiederholen. Nur wenn diese Stadien mehrfach in einer Nacht aufeinander folgen, können sich Körper und Seele im Schlaf erholen.

Wird dieses Schlafmuster gestört, können schwerwiegende Funktionsstörungen des gesamten Organismus auftreten, wie eine unerklärliche Müdigkeit am Tage, Konzentrationsschwäche und allgemeiner Leistungsabfall, welche einen deutlichen Abfall der Lebensqualität darstellt. Diese sind oft verbunden mit weitreichenden gesundheitlichen Folgen.

Was sind Schlafstörungen?

Schlafstörungen sind vielfältig, können harmlos sein, aber auch ernste Folgen haben.

Sie können durch verschiedene äußerliche Faktoren beeinflusst werden, wie Schicht- und Nachtarbeit, vermehrten Alkoholkonsum, Medikamenten und weiteres.

Des Weiteren gibt es auch psychische Belastungen wie Ängste und psychische Erkrankungen, die störend auf den gesunden Schlaf wirken.

Eine besondere Bedeutung haben die schlafbezogenen Atmungsstörungen, unter denen schätzungsweise mehr als 8% der Bevölkerung leidet.

Dabei kommt es im Schlaf immer wieder zu Pausen in der regelmäßigen Atmung, mit nachfolgendem Abfall der Sauerstoffversorgung im Blut und vor allem im Gehirn. Dies führt zu einer kurzen Weckreaktion des Gehirns, mit der Folge einer Störung der gesunden Schlafstruktur.



Zuerst wird durch Ihren Facharzt mit einer Vorstufendiagnostik geprüft, ob es zu nächtlichen Atempausen kommt. Dieser überweist Sie dann an unser Schlaflabor.

Das Schlaflabor

Wir verfügen zur Diagnostik und Therapie über fünf hochmoderne videoüberwachte polysomnographische Messplätze.

Die Schlafräume sind als Einzelzimmer großzügig, freundlich und funktionell ausgerichtet.

Die Messung erfolgt fast kabellos, sodass größtmögliche Bewegungsfreiheit auch außerhalb des Bettes durchgängig gewährleistet werden kann.

Während des Schlafes werden mehrere biologische Signale kontinuierlich aufgezeichnet, wie z.B. Hirnströme, Muskelströme, EKG, Atmung und Schnarchgeräusche, Sauerstoffgehalt im Blut und Körperbewegungen im Schlaf. Aus der Analyse der Schlafüberwachung ergeben sich dann unterschiedliche Behandlungsmöglichkeiten, deren Wirksamkeit gleichfalls im Schlaflabor überprüft werden können.

Die Untersuchungen im Schlaflabor dauert in der Regel 1-2 Tage.