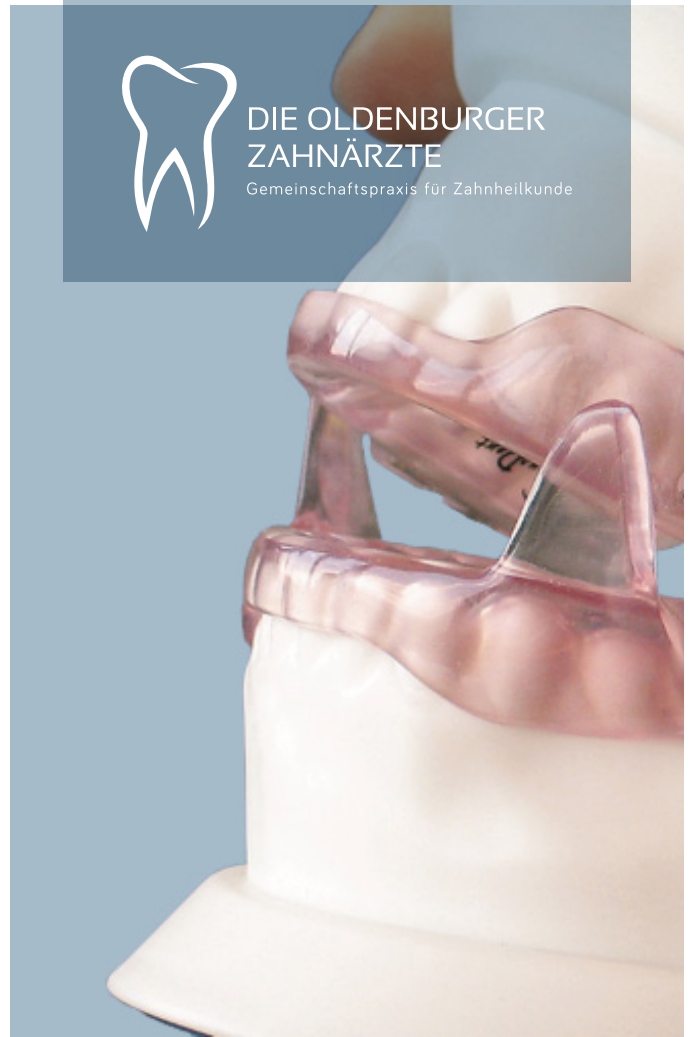




DIE OLDENBURGER  
ZAHNÄRZTE

Gemeinschaftspraxis für Zahnheilkunde



DIE OLDENBURGER  
ZAHNÄRZTE

Gemeinschaftspraxis für Zahnheilkunde

Dragonerstraße 1 · 26135 Oldenburg · Telefon: 0441 25 2 25  
An der Südbäke 1 · 26127 Oldenburg · Telefon: 0441 63 0 53

[www.die-oldenburger-zahnaerzte.de](http://www.die-oldenburger-zahnaerzte.de)

## SCHLAF MIT SCHNARCHSCHIENE

Für den perfekten Schlaf

[www.die-oldenburger-zahnaerzte.de](http://www.die-oldenburger-zahnaerzte.de)



## SCHLAF MIT SCHNARCHGERÄUSCHEN – GESTÖRTE PARTNER

Wieso schnarcht man überhaupt? Das Schnarchen entsteht durch Flattern und Schwingen von Weichgewebe und Muskulatur im verengten Rachenraum. Im Schlaf entspannt sich die Muskulatur und der Unterkiefer mit der Zunge fällt nach hinten und engt den Atemweg ein. Dabei können eine geringe Gewebespannung und Übergewicht eine Verstärkung der Situation verursachen. Betroffene bemerken ihr eigenes Schnarchen oft gar nicht. Häufig leiden sie aber unter den folgenden Symptomen: Mundtrockenheit, Heiserkeit oder Halsschmerzen. Meist fühlen sich jedoch die Partner durch die Schnarchgeräusche gestört. Hier können speziell fortgebildete Zahnärzte Ihnen helfen.

## SCHLAF MIT ATEMAUSSETZERN – DIE SCHLAFAPNOE

Bei dieser Art der Schlafstörung kommt es zu Atemaussetzern von länger als 10 Sekunden. Als Folge hieraus resultiert eine mangelnde Sauerstoffversorgung des Organismus inkl. des Gehirns und dadurch ausgelöst eine ständig wiederkehrende Weckreaktion. Ein erholsamer Tiefschlaf ist nicht möglich und die Leistungsfähigkeit am Tag sehr eingeschränkt.

### Auswirkungen der Schlafapnoe:

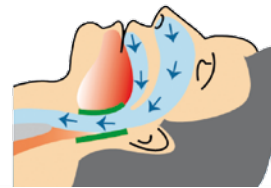
- Bluthochdruck, Herzrhythmusstörungen, erhöhtes Herzinfarktrisiko
- Erhöhtes Schlaganfallrisiko
- Sekundenschlaf und Tagesmüdigkeit
- Depressionen und Lustlosigkeit
- Gestörte Sexualität

Eine Schlafapnoe schränkt die Lebensqualität ein und senkt deutlich die Lebenserwartung

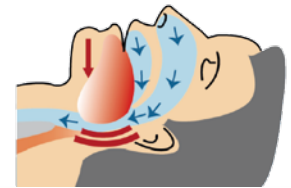


## BEHANDLUNG MIT ZAHNSCHIENEN

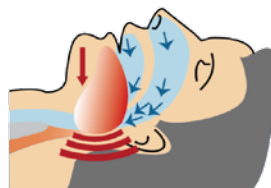
Schnarchen und leicht- bis mittelgradige Schlafapnoe können mit Zahnschienen erfolgreich behandelt werden. Diese zweiteiligen Schienen, die nach Gebissabdrücken individuell hergestellt werden, halten den Unterkiefer, die Zunge und das Gaumensegel während des Schlafes vorne. Der Rachenraum bleibt weit geöffnet, die Rachenmuskulatur wird stabilisiert und eine ausreichende Sauerstoffversorgung ist gewährleistet und die Weckreaktionen bleiben aus. Sie und Ihr Partner können nachts wieder erholsam und ruhig schlafen.



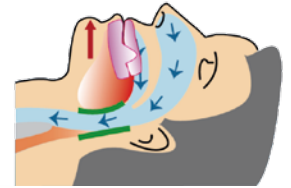
Normale Atmung



Schnarchen mit Verengung des Rachenraumes



Schlafapnoe mit totaler Blockierung des Rachenraumes



Freier Atemweg mit Zahnschiene