



Mit dieser Spange soll Schnarchen verhindert werden. Dr. Saduman Köklü und Mitarbeiterin Cicek Ulusoy zeigen das Modell, das sich der Kieferorthopäde patentieren ließ. Er benutzt es übrigens selber: Auch der Doktor schnarcht. Foto: sn

Warum uns das Schnarchen krank machen kann

Morgen beraten Sie 3 Experten kostenlos am wap-Lesertelefon

Südkreis. 60 Prozent aller Männer über 60 Jahren schnarchen. In der wap waren Experten aus dem Südkreis vor den Gesundheitsgefahren. Und sie sitzen auch am morgigen Donnerstag um 15 Uhr am wap-Lesertelefon, um Betroffene und Angehörige kostenlos zu beraten.

„Schnarchen macht einsam“, sagt Kieferorthopäde Dr. Saduman Köklü aus Schwelm. Partner von Schnarchern finden meist nächtelang keinen Schlaf, müssen schließlich in einem anderen Zimmer schlafen, wenn der

Schnarcher sich nicht behandeln lässt. Denn Schnarcher unterschätzen das Gesundheitsrisiko viel zu oft. „Diese dauerhaften Atemaussetzer können schwere Erkrankungen zur Folge haben und sogar zu Schlaganfällen und Herzinfarkten führen“, erklärt Martin Mackenberg-Hübner, Pressesprecher der St.-Antonius-Kliniken in Wuppertal, zu denen auch das Marienhospital gehört. Der Krankenhausverbund verfügt über ein Schlaflabor in Elberfeld. Hier können Schnarcher eine Nacht unter ärztlicher Beobachtung schlafen. Dabei analysieren die Experten die Schnarchphasen. So soll im

Anschluss eine genaue Behandlung möglich sein. Die Möglichkeiten sind vielfältig: Neben einer Operation im Mundraum ist das Tragen einer Atemmaske die gängigste Behandlungsmethode. Die Maske wird über Nase und Mund gestülpt und unterstützt die Atmung.

„Allerdings erinnert das viele Menschen an die Intensivstation. Die Folge: Sie tragen sie nicht“, sagt Dr. Saduman Köklü. Er hat deshalb „Schnarcher-Schienen“ entwickelt: Eine Art Zahnsperre, die die Atemwege freihält und so Schnarchen verhindert.

Mit Medikamenten ist nach Ansicht von Regina Schmidt von

der Märkischen Apotheke in Schwelm nichts zu machen: „Es gibt wirklich keine wirksamen Mittelchen aus der Apotheke. Wer fürchtet, betroffen zu sein, muss sich an seinen Arzt wenden.“

Oder am morgigen Donnerstag, 23. März, das Lesertelefon anrufen. Diese 3 Experten beraten von 15 bis 16 Uhr kostenlos Betroffene und Angehörige unter den angegebenen Telefonnummern: Dr. Saduman Köklü (02336/937727), Pneumologe Dr. Erich Esch aus dem Marienhospital (02336/937728) und BEK-Geschäftsstellenleiter Lars Meyborg (02336/937731). **plo-**