

Krankheitsbild

Schnarchen (Rhonchopathie)

Informationen der SGORL
für Patientinnen und Patienten

Allgemeine Information

Schnarchen ist sehr häufig bei Menschen im mittleren Lebensalter. Ca. 40 % der Männer schnarchen und ca. 20 % der Frauen.

Typische Symptome

Beim einfachen Schnarchen ist der/die Bettpartner/in gestört. Die Patienten verspüren keine Einschränkungen. Sie geben an, gut zu schlafen und am Morgen erholt aufzustehen. Das Schnarchen ist rhythmisch und regelmässig ohne Atempausen.

Diagnostik

Eine obstruktive Schlafapnoe (nächtliche Atemaussetzer) muss ausgeschlossen werden mit einer nächtlichen Sauerstoffmessung (Pulsoximetrie), welche zu Hause durchgeführt werden kann.

Behandlungsmethoden

Als Behandlungsmethoden kommen infrage:

- Gewichtsabnahme
- Vermeidung von Alkohol
- Straffung des Weichgaumens mit Radiofrequenz (hochfrequentem Strom, der zu einer Vernarbung und damit zu einer Versteifung führt)
- Gaumenimplantate zur Versteifung des Weichgaumens
- Velumount® Gaumenspange
- Unterkieferprotrusionsschienen
- Lagetherapie: Vermeidung der Rückenlage, wenn das Schnarchen nur in Rückenlage vorkommt.

Grundsätzlich ist die Behandlung von Schnarchen keine Leistung, die von den Krankenkassen übernommen wird.





Abb: Langes Halszäpfchen bei einem Schnarcher (Quelle: Prof. K. Tschopp)

