

Anti-Schnarch-Schiene (Protrusionsschiene)



Ihre ganzheitliche Zahnärztin
Lia E. Illgen

*„Schnarchen
schadet nicht nur
Beziehungen.“*



60% aller Männer und 40% aller Frauen (altersabhängig) sind von Schnarchen/Schlafapnoe betroffen. Es stellt nicht nur eine akustische Beeinträchtigung dar, sondern kann die Lebenserwartung um Jahre verkürzen. Schnarchen entsteht durch Vibration der erschlaffenden Muskulatur der oberen Atemwege. Die im Schlaf erschlaffte Zunge sinkt nach hinten und verschließt für Sekunden den Rachenraum: es kommt zum Atemstillstand.



Die Anti-Schnarch-Schiene – in verschiedenen Ausführungen und Indikationen – individuell für Sie angefertigt.
(Abb. Beispiel)

Wann und wie ist die Anti-Schnarch-Schiene sinnvoll?

Bei Schnarchen können wir mit einer Anti-Schnarch-Schiene helfen. Das individuell angepasste Gerät sieht aus wie eine Zahnspange. Es verlagert nicht nur den Unterkiefer nach vorne, sondern gleichzeitig auch die Zunge. Dadurch wird der Rachenraum geöffnet und die Atmung normalisiert. Die Anti-Schnarch-Schiene wird aus dünnen Kunststoffschienen mit Verbindungsstegen passend für Sie angefertigt. Um ruhig und gesund zu schlafen, auch zur Freude Ihrer Zweierbeziehung, unterstützen Sie die Wirkung aktiv durch Abnehmen bei Übergewicht und Einschränkung oder Verzicht auf Alkohol und Nikotin.

Der Schweregrad einer schlafbezogenen Atemstörung lässt sich nur durch einen Schlafmediziner feststellen. Dazu kann Sie Ihr Hausarzt an ein Schlaflabor überweisen. In Rücksprache mit dem Schlafmediziner ist bei Ihnen statt einer Beatmungsmaske unter Umständen auch eine Anti-Schnarch-Schiene eine erfolgreiche Therapiemöglichkeit.

Krankmachend oder harmlos?

Das "krankmachende" Schnarchen ist durch zeitweiligen Atemstillstand gekennzeichnet. In einem ersten Schritt können Sie selbst herausfinden, ob es sich um "harmloses" Schnarchen handelt, ob das laute Geräusch lediglich stört, ob dabei keine Atemstillstände über 10 Sekunden auftreten oder ob sich das Schnarchen auf das Tagesbefinden auswirkt. Die Beantwortung der folgenden Fragen gibt uns erste Anhaltspunkte ob der Verdacht auf eine ernstzunehmende Erkrankung (z.B. die Schlafapnoe) handelt:

Kosten: ca. 1080,00 €

Die Kosten beinhalten die Besprechung, Voruntersuchung, die Anfertigung der Modelle, Material- und Laborkosten sowie die Anti-Schnarch-Schiene.

Die Kosten werden von den gesetzlichen Krankenkassen bedingt übernommen.

- | | | |
|--|--------------------------|----------------------------|
| Schnarchen Sie jede Nacht – auch ohne Alkohol? | ja <input type="radio"/> | nein <input type="radio"/> |
| Wurden bei Ihnen Atemstillstände im Schlaf beobachtet? | ja <input type="radio"/> | nein <input type="radio"/> |
| Fühlen Sie sich morgens schlapp und müde? | ja <input type="radio"/> | nein <input type="radio"/> |
| Erwachen Sie morgens breits mit Kopfschmerzen? | ja <input type="radio"/> | nein <input type="radio"/> |
| Fühlen Sie sich in Ihrer Leistungsfähigkeit eingeschränkt? | ja <input type="radio"/> | nein <input type="radio"/> |
| Werden Sie grundlos mehrmals am Tag müde? | ja <input type="radio"/> | nein <input type="radio"/> |
| Schlafen Sie leicht beim Fernsehen, Lesen, im Kino oder Theater ein? | ja <input type="radio"/> | nein <input type="radio"/> |
| Werden Sie beim Autofahren leicht müde? | ja <input type="radio"/> | nein <input type="radio"/> |
| Haben Sie Schwierigkeiten, sich lange zu konzentrieren? | ja <input type="radio"/> | nein <input type="radio"/> |
| Haben Sie bluthochdruck und nehmen Sie Medikamente dagegen? | ja <input type="radio"/> | nein <input type="radio"/> |
| Nehmen Sie regelmäßig Schlafmittel? | ja <input type="radio"/> | nein <input type="radio"/> |
| Haben Sie Übergewicht? | ja <input type="radio"/> | nein <input type="radio"/> |