



Camchat über Schnarchen Schlafapnoe

Kostenlos, ohne Anmeldung für jeden zugänglich- Keine Software

Sehr lange haben wir nach einer Lösung gesucht, wie kann man bequem sich über das Internet austauschen kann. Die Lösung haben wir gefunden.

Einen Chat, ohne etwas zu installieren, ohne lästige Anmeldung und jeder so wie er es mag: Schreiben, Cam to Cam oder nur Micro, sprechen.

Tragen Sie sich in unsere Liste ein.

Wir benachrichtigen Sie frühzeitig, wann der Chat geöffnet ist.

Treffen Sie Gleichgesinnte Schnarcher, Schlafapnoiker.

Tauschen Sie sich aus.

Wir denken, wir werden eine sehr große Gemeinschaft.

Lesen Sie in Ruhe die Anleitungen auf der Startseite (man kann sie ausdrucken, oder das Video ansehen).

Sie haben Probleme?

Rufen Sie uns an.

Kurzinfo zum Thema:

Schnarchen, Schlafapnoe ist oft, aber nicht immer harmlos

Mitunter auch Hinweis auf eine Erkrankung

Über schnarchende Menschen werden häufig Witze gemacht bzw. diese als Störenfriede der eigenen Nachtruhe angesehen. Nur die Wenigsten wissen, dass lautes Schnarchen auch ein ernst zu nehmender Hinweis auf schlafbezogene Atmungsstörungen sein kann.

Schnarchen entsteht in der Regel durch eine Verengung der Atemwege, die das Atemholen während des Schlafs erschwert. Die typischen Schnarchgeräusche entstehen dabei, durch die Anstrengung beim Luft holen.

Auch wenn Schnarchen in den meisten Fällen harmlos ist, kann es doch auch eine ernstzunehmende Krankheit sein und diese sollte dringend behandelt werden. Dies ist dann der Fall, wenn es während des Schlafens zu Atemaussetzern kommt, da in diesem Fall eine Schlafapnoe vorliegen kann. Apnoe stammt aus dem Griechischen und bedeutet Atemstillstand.

Die während des Schlafens auftretenden Atemaussetzer sind nicht das eigentliche Problem, sondern die dadurch bedingten reflexhaften Weckreaktionen und der Sauerstoffabfall im Blut. Die Weckreaktionen, die nicht zum Aufwachen führen müssen, verhindern einen erholsamen Schlaf und bewirken eine starke Tagesmüdigkeit. Diese kann sehr ausgeprägt sein und führt zu einer 7-fach erhöhten Wahrscheinlichkeit für übermüdigungsbedingte Verkehrsunfälle. Weiteres Gefahrenpotential: der Sauerstoffabfall bei Atemstillständen kann auch zu Bluthochdruck führen. Patienten mit Schlafapnoe haben ein 10-fach höheres Risiko für Bluthochdruck.

Ausserdem kann Schlafapnoe auch Konzentrationsstörungen, Vergesslichkeit und Zerstreuung auslösen sowie Angstzustände und Depressionen bewirken. Manche Betroffene klagen über Kopfschmerzen am Morgen und nachlassendes sexuelles Interesse, wenn sich der schleichende Prozeß einer Schlafapnoe fortsetzt und das "nach Luft ringen" in der Nacht zur Regel wird.

Bei internationalen Studien konnte belegt werden, dass bei bis zu 50% der Schlaganfallpatienten eine Schlafapnoe vorliegt. In diesen Fällen wurde offenbar der den Schlaganfall verursachende Bluthochdruck nicht mit einer möglichen Schlafapnoe in Verbindung gebracht. Die Schlafapnoe wurde nicht rechtzeitig diagnostiziert.

Dabei kann Schlafapnoe relativ einfach behandelt werden. Durch eine Überdruckmaske wird der Blutdruck normalisiert, Atemaussetzer verhindert und das Schnarchen deutlich reduziert. Eine Behandlung der Schlafapnoe reduziert die Tagesmüdigkeit, normalisiert den Blutdruck und verhindert Folgeerkrankungen. Mediziner empfehlen daher, dass Patienten mit Bluthochdruck vermehrt auf Schlafapnoe untersucht werden.

Nach jüngsten Untersuchungen schnarchen rund 10 bis 30 % der Erwachsenen mehr oder weniger häufig. Der Geräuschpegel ist dabei oft mehrere Räume weit hörbar und kann sogar die Lautstärke eines Presslufthammers erreichen. Am meisten leidet darunter natürlich der eigene Partner.

Quelle: dags.de

Pressekontakt

Schlafapnoe e. V.

Herr Udo Bertram
Am Burgholz 6
42349 Wuppertal

schnarchen-online.de
info@schlafapnoe-online.de

Firmenkontakt

Schlafapnoe e. V.

Herr Udo Bertram
Am Burgholz 6
42349 Wuppertal

schnarchen-online.de
info@schlafapnoe-online.de

Am 16. Januar 1996 wurde der Verein ins Vereinsregister vom Amtsgericht Wuppertal eingetragen.
Unser gemeinsames Ziel ist und war es, uns für die Öffentlichkeitsarbeit einzusetzen und die Krankheit "Schlafapnoe" zu publizieren, wo es immer nur geht.

Im Januar 1997 bekamen wir unseren eigenen PC und im Frühjahr 1997 gingen wir mit unserer ersten Homepage "Schlafapnoe" ins Internet.

Unsere Zielvorgaben für die nächsten Jahre sind, das erreichte mit einer Qualitätsvorgabe zu steigern, ohne dabei die Basis zum Betroffenen und die persönlichen Belange zu verlieren.