



## **SCHLAFPORTAL24 - Die Datenbank für den gesunden Schlaf**

*Mediziner und Firmen, die sich mit folgenden Themen beschäftigen: Schnarchen, Schlafstörungen & Schlafapnoe*

Hier können sich auch Schlafmediziner, Schlaflabore, HNO- und Zahnärzte, Dentallabore, Internisten, Kardiologen, Pneumologen, Selbsthilfegruppen, allg. Mediziner und Unternehmen eintragen.  
Kurztext, Bilder, Videos und einen Link zur Homepage sind selbstverständlich.

So in der Mitte des Lebens geht es meistens los, der Lärmkrieg in den Betten beginnt und Millionen Menschen können davon ein Lied singen. Vom zarten, zischenden Pfeifen, bis zum rasselnden, knarrenden Röcheln - die Lärmpalette ist groß.

Wenn nachts die Säge eingeschaltet wird, dann müssen immer zwei leiden: Der arme Nichtschnarcher, der nun nicht mehr schlafen kann, und der genau so arme Schnarcher, der sich seine Gesundheit ruiniert. Es gibt zwar unendlich viele Witze über Schnarcher und Schnarchen, aber zum Lachen ist das Thema wirklich nicht. Schnarchen ist eine schwerwiegende Behinderung einer lebenswichtigen Körperfunktion - nämlich des Atmens. Wer schnarcht bis hin zum Atemstillstand, der schwebt jede Nacht in Lebensgefahr.

Was ist Schnarchen?

Schnarchen ist ein verstärktes Atemgeräusch durch Vibrationen ("Flattern") von Weichgewebe, Schleimhaut oder lymphatischem Gewebe im Atemtrakt (Gaumen, Zäpfchen, Zungengrund, Kehlkopf).

Warum entstehen diese Bewegungen gerade im Schlaf?

Im Schlaf entspannt sich die Muskulatur im Rachen- und Schlundbereich, dadurch wird das Weichgewebe noch weicher.

Ist Schnarchen gefährlich?

Bei manchen Schnarchern kann das soweit gehen, dass der Rachen-Schlundbereich kollabiert und Atemaussetzer im Schlaf entstehen. Übergewicht mit Fetteinlagerung im Bereich des Schlundes begünstigt dieses Kollabieren. Wenn das der Fall ist, spricht man von Schlafapnoe (Atemstörungen im Schlaf). Es kommt dabei zum Abfall des Sauerstoffgehalts im Blut, das führt zu einem kurzfristigen Erwachen des Betroffenen. Dadurch entfaltet sich der Rachen-Schlundbereich wieder und der Betroffene kann wieder normal atmen.

Durch das häufige, kurze Erwachen ist der Schlaf von diesen Menschen stark gestört und führt zu Tagesmüdigkeit.

Das Hauptsymptom bei Schlafapnoe ist Tagesmüdigkeit mit verstärkter Einschlafneigung untertags (Unfallgefährdung im Straßenverkehr!), die häufigen Sauerstoffsättigungsabfälle in der Nacht können zu nächtlichem Bluthochdruck mit erhöhtem Risiko für Herzinfarkte oder Schlaganfälle führen.

Mit unserer Datenbank, helfen wir zu einem gesunden Schlaf.

AIRNERGY - bei Tagesmüdigkeit, Stress, Burnout oder Schlafstörungen - eine ganzheitliches Wirksystem, dessen Methode als wissenschaftlich untermauert dargelegt werden kann, alternative Behandlungsmethoden beim Zahnarzt, HNO Arzt sind genauso vertreten wie Schlaflabore, CPAP Hersteller und viele andere, die sich mit dem Thema Schlaf beschäftigen.

### **Pressekontakt**

Videodeutschland

Herr Udo Bertram  
Am Burgholz 6  
42349 Wuppertal

schlafportal24.de  
info@schlafportal24.de

### **Firmenkontakt**

Videodeutschland

Herr Udo Bertram  
Am Burgholz 6  
42349 Wuppertal

schlafportal24.de  
info@schlafportal24.de

Videodeutschland wurde 2010 gegründet mit dem Ziel, gut und preiswert Videos herzustellen, zu bearbeiten und auf viele Video Kanäle zu verteilen. Video Marketing ist unsere Stärke.

Anlage: Bild

