

Schlafapnoe: Neue Hoffnung durch Gewichtsverlust und innovative Therapien!

Schlafapnoe betrifft viele in Österreich. Gewichtsreduktion und neue Therapien verbessern Schlafqualität. Tipps zur Prävention.



Laimgrubengasse 10, 1060 Wien, Österreich - Über eine halbe Million Menschen in Österreich leidet an Schlafapnoe, einer ernsthaften Erkrankung, die durch wiederholte Atemaussetzer während des Schlafs gekennzeichnet ist. Diese Erkrankung führt nicht nur zu extremer Müdigkeit und Konzentrationsschwierigkeiten, sondern erhöht auch das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Alarmierend ist, dass Übergewicht einen der Hauptverursacher darstellt, wobei eine Gewichtsreduktion oft dringend notwendig ist, um die Symptome zu lindern. Eine aktuelle Studie hat gezeigt, dass die neuartige Abnehmspritze vielversprechende Erfolge zeigt,

insbesondere für Betroffene mit Schlafapnoe. So informiert die Österreichische Gesellschaft für Pneumologie (ÖGP) anlässlich des Weltschlafjahres am 14. März über die entscheidende Rolle der Gewichtsreduktion für einen gesunden Schlaf, wie [ots.at](#) berichtet.

Risikofaktoren und Symptome von Schlafapnoe

Schlafapnoe kann als obstruktive Schlafapnoe (OSA) auftreten, wobei eine Verengung der Atemwege die Atmung während der Nacht blockiert. Laut [doccheck.com](#) wird dabei der Luftstrom für mindestens zehn Sekunden stark vermindert, was zu einer Stressreaktion im Körper führt. Häufige Symptome sind lautes Schnarchen, plötzliche Wachzustände, Tagesmüdigkeit und Konzentrationsstörungen. Für die Behandlung von OSA ist vor allem die Gewichtsreduktion entscheidend. Studien zeigen, dass bereits eine Abnahme von 10 bis 15 Prozent zu einer signifikanten Verbesserung der Atemaussetzer führen kann. Dazu kommen verschiedene Therapien wie die Verwendung von CPAP-Geräten oder spezielle Unterkieferschienen, die helfen können, die Atemwege während des Schlafs offen zu halten.

Die bedeutenden gesundheitlichen Risiken, die mit unbehandelter Schlafapnoe verbunden sind, sind nicht zu unterschätzen. Dazu zählen Bluthochdruck, Schlaganfälle und sogar Depressionen. Die Nachlässigkeit bei der Behandlung kann zu äußerst gefährlichen Situationen führen, insbesondere im Straßenverkehr, wenn Tagesmüdigkeit zu Sekundenschlaf führt. Daher ist es unerlässlich, Schlafapnoe frühzeitig zu erkennen und zu behandeln, um schwerwiegende Folgen zu vermeiden.

Details	
Vorfall	Gesundheitskrise
Ursache	Übergewicht

Details	
Ort	Laimgrubengasse 10, 1060 Wien, Österreich
Quellen	• www.ots.at • www.doccheck.com

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at