



Schlafschiene: Die Alternative zur CPAP-Therapie



Für einen erholsamen Schlaf.

In bestimmten Fällen kann die traditionelle CPAP-Therapie unpassend sein. Eine vielversprechende Alternative stellt die Schlagschiene dar, die durch ihre einfache Anwendung und effektive Unterstützung der Atemwege überzeugt.

Die Schlagschiene - eine gute Alternative zur CPAP-Therapie

Die Behandlung von Schlafapnoe ist für einige Betroffene eine Herausforderung, insbesondere wenn es um die Verwendung der traditionellen CPAP-Therapie (Continuous Positive Airway Pressure) geht. Diese Methode, die eine Maske und ein Gerät erfordert, kann für manche Patienten unbequem und störend sein.

Eine mögliche Alternative bietet die Schlagschiene, auch bekannt als Unterkieferprotrusionsschiene. Diese kleine, zahnschienenartige Vorrichtung wird nachts getragen und hilft dabei, die Atemwege offen zu halten, indem sie den Unterkiefer leicht nach vorne schiebt. Dadurch kann die Schlafqualität erheblich verbessert und Schnarchen reduziert werden, ohne den Komfort zu beeinträchtigen.

Der Weg zu Ihrer Schlagschiene

Nehmen Sie Kontakt auf mit uns, wir übernehmen die Koordination für Sie. Die überschaubare Anzahl Termine können Sie direkt bei uns in Mels oder St.Gallen wahrnehmen. Benötigt wird lediglich eine Verordnung Ihres Pneumologen oder HNO-Arztes.

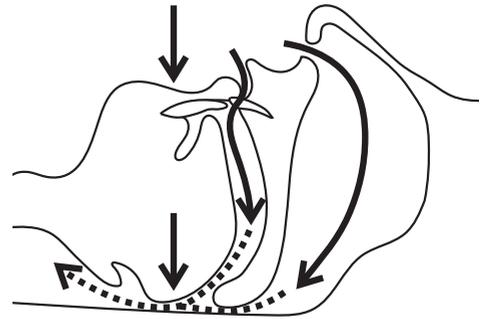




Wie funktioniert die Schlagschiene?

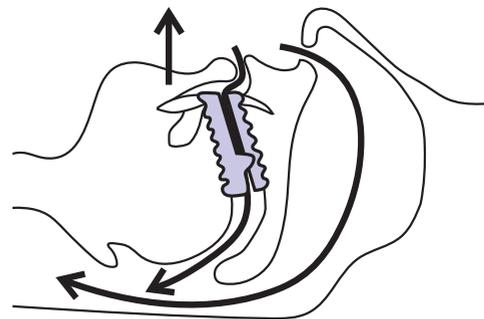
Ursachen und Folgen

Im Schlaf entspannen sich die Muskeln. Die entspannte Position des Kiefers lässt die Zunge in den Rachenraum zurückfallen, wodurch sich die Atemwege verengen oder gar verschliessen. Das Atmen durch die verengten Wege bringt schlaffes Gewebe zum Vibrieren, was die bekannten Schnarchgeräusche erzeugt. Atemaussetzer, die länger als 10 Sekunden dauern, bezeichnet man als Apnoen.



Schnarch- und Apnoetherapie mit einer Schlagschiene

Durch die Unterkieferprotrusionsschiene wird der Unterkiefer wenige Millimeter nach vorne geschoben. Dadurch werden die Weichteile gestrafft und so der Atemweg freigegeben. Die Schiene für den Ober- und Unterkiefer wird mittels Intraoralscan individuell angepasst. Sie ist einfach und ohne Risiko nachts zu tragen.



Grafiken: © Bussmann Orthodontie-Labor

Weitere Informationen

Nähere Informationen finden Sie auf unserer Website oder mit folgendem QR-Code:



Die Lungenliga Ost

Die Lungenliga Ost ist die Beratungs- und Informationsstelle für alle Belange der Atmung. In enger Zusammenarbeit mit den öffentlichen Spitälern und Lungenspezialisten betreut die Lungenliga Ost Menschen mit Atemwegserkrankungen in den Kantonen St. Gallen, Appenzell Auser- und Innerrhoden und Glarus. Sie setzt sich auch für die Gesundheitsförderung und Prävention ein.

Sind Sie schon Mitglied?

Mit Ihrem Engagement unterstützen Sie unsere tägliche Arbeit für eine gesunde Lunge.

Jetzt QR-Code scannen
und mehr erfahren!



Lungenliga Ost
Kolumbanstrasse 2
9008 St.Gallen
Telefon 071 228 47 47
info@lungenliga-ost.ch
www.lungenliga-ost.ch

Beratungsstelle Balgach
Hauptstrasse 40a
9436 Balgach
Telefon 071 720 12 55
balgach@lungenliga-ost.ch

Beratungsstelle Mels
Pizolstrasse 4
8887 Mels
Telefon 081 723 66 69
mels@lungenliga-ost.ch

Beratungsstelle St.Gallenkappel
Rickenstrasse 25
8735 St.Gallenkappel
Telefon 055 284 56 00
stgallenkappel@lungenliga-ost.ch

Beratungsstelle Glarus
Spielhof 14A
8750 Glarus
Telefon 055 640 50 15
glarus@lungenliga-ost.ch

