Polygraphie zur Abklärung einer schlafbezogenen Atmungsstörung

Schlafbezogene Atmungsstörungen wirken störend auf den Schlaf und damit auch die Erholungsfunktion des Schlafes. Es gibt verschiedene Arten der Störungen. Die Folgeschäden spielen eine große Rolle – sie reichen von Schlafstörungen, über Tagesschläfrigkeit bis hin zu langfristigen Auswirkungen auf den Stoffwechsel, den Hormonhaushalt, das Nervensystem, die Psyche, das Herz-Kreislauf-System und die Lungenfunktion. Aufgrund dieser Zusammenhänge wird auch klar, dass manchmal nicht nur der gestörte Schlaf, sondern das Vorliegen von verschiedenen Erkrankungen den Verdacht auf eine schlafbezogene Atmungsstörung lenken könnte. Die rechtzeitige Erkennung und Behandlung stehen in Fokus.

Charakteristische Beschwerden oder Befunde können sein:

- Vermehrte Tagesschläfrigkeit
- Adipositas
- Hypertonie
- Herz-Rhythmus-Störungen
- Beobachtung nächtlicher Atempausen durch den Bettpartner
- lautes, unregelmäßiges Schnarchen
- Libido-und Potenzstörungen
- unruhiger Schlaf
- morgendliche Abgeschlagenheit
- diffuse, dumpfe Kopfschmerzen
- Mundtrockenheit
- unspezifische psychische Symptome wie Abgeschlagenheit, Leistungsknick, Wesensänderung, intellektueller Leistungsverfall

In den vergangenen Jahren hat die Auftretenswahrscheinlichkeit von schlafbezogenen Atmungsstörungen, vor allem der obstruktiven Schlafapnoe, relevant zugenommen. Bei herzinsuffizienten Patienten zum Beispiel wird auch die Morbidität und Mortalität dadurch erhöht. Die unbehandelte Schlafapnoe führt auch bei dementen Patienten zu einem schnelleren kognitiven Abbau. Zudem ist das Unfallrisiko durch die Tagesschläfrigkeit im Straßenverkehr erhöht.
Im Rahmen des ärztlichen Gespräches können schon Hinweise auf eine schlafbezogene Atmungsstörung filtriert werden. Die Wahrscheinlichkeit steigt zum Beispiel bei Schnarchen und fremdbeobachteten Atmungsstörungen und zusätzlicher Tagesschläfrigkeit.

Was gehört zur Abklärung?

1. Standardisierte Fragebögen zur Evaluation der Tagesschläfrigkeit und zur Wahrscheinlichkeit des Vorliegens einer OSA (obstruktiven Schlafapnoe).
2. Untersuchung der Mundhöhle, des Rachens, des Zahnstatus – daher ist auch eine Vorstellung beim HNO-Arzt und beim Zahnarzt sinnvoll.
3. Bei einer hohen Vortestwahrscheinlich erfolgt dann eine ambulante Polygraphie.

Das Gerät zeichnet folgende Merkmale auf:

- Sauerstoffsättigung
- Atemfluss
- Atmungsanstrengung
- Herz- oder Pulsfrequenz und
- Körperlage

Bei auffälligen Befunden erfolgt eine Überweisung zu einer sogenannten Polysomnographie im Schlaflabor. Das ist ein Untersuchungsverfahren, bei dem noch mehr Informationen insbesondere in Bezug auf den Schlaf (Schlafphasen, Wachheitszustand etc.) extrahiert werden können. Dann geht es nämlich auch um die mögliche Therapie und die genaue Einstellung sowie Anpassung der Behandlung.

Sollten Sie bereits ein CPAP-Gerät haben und es Hinweise auf eine unzureichende Behandlungseinstellung gibt, kann mithilfe der Polygraphie auch unterlaufender Therapie eine Überprüfung erfolgen, bevor eine Anmeldung im Schlaflabor erfolgen muss.

Optional kann die reine Polygraphie noch ergänzt werden, um die Frage nach unwillkürlichen Bewegungen (meist) der Beine im Schlaf zu untersuchen, die ebenfalls zu einem fraktionierten und somit unerholsamen Schlaf führen können. Sprechen Sie uns auf diese Untersuchung gerne an.

Ablauf der Untersuchung

- Das Anlegen und die „Verkabelung“ erfolgt bei uns in der Praxis. Sie bekommen einen Termin an einem Nachmittag, zu dem Sie am Besten in Freizeitbekleidung erscheinen. Bitte tragen Sie ein T-Shirt, welches sie über Nacht in Ihrem Bett tragen werden.
- Das Polygraphiegerät befindet sich in einer Schale, die in den Brustkorbgurt integriert ist. Den Gurt werden wir am Brustkorb befestigen, er sollte direkt unter den Achselhöhlen verlaufen, das Gerät sollte mittig liegen. Der Bauchgurt wird meistens auf Höhe des Bauchnabels angebracht, bei Übergewicht unter den Bauchnabel. Die kleinen Luftkissen sollten seitlich angebracht sein. Den Sauerstoffsensor werden wir zum Beispiel am linken Zeigefinger platzieren und diesen mit einem kleinen Band um das Handgelenk fixieren. Bis zum Schlafengehen können Sie den Sensor aber auch abnehmen. Die Nasenbrille müssen Sie bitte zur abgesprochenen Zeit entsprechend unserer Vorführung anlegen. Meistens startet das Gerät mit der Aufzeichnung automatisch um 22 Uhr. Sie müssen nichts beachten und auch nichts anstellen. Optional werden noch Elektroden an ihrer Beinmuskulatur befestigt. In diesem Fall sollten Sie zum Anlegetermin auch in einer bequemen Hose erscheinen, am besten eine Jogginghose.
- Nach der Nacht nehmen Sie die Gurte, den Sensor und die Nasenbrille und optional die Elektroden von den Beinen ab und bringen alles zurück in die Praxis. Damit hat es sich für Sie erledigt.

- Alles weitere, wie die hygienische Aufbereitung des Gerätes und des Zubehörs sowie die Auswertung erfolgt durch uns. Sie bekommen eine Benachrichtigung, wann wir uns zu einem Besprechungstermin treffen.

Heruntergeladen am
Dienstag, 10. November 2026, um 01:36 Uhr

Um die neueste digitale Kopie des
Dokumentinhalts zu erhalten, scannen Sie
einfach - fertig.