



Gestörter Schlaf in PSG

Gesunder Schlaf in PSG

- ? Kann Ihr Kind schlecht einschlafen und/oder wird es nachts häufig wach?
- ? Schnarcht Ihr Kind?
- ? Hat Ihr Kind nachts Atemaussetzer oder bekommt schwer Luft?
- ? Braucht Ihr Kind sehr viel Schlaf und ist trotzdem morgens müde?
- ? Hat ihr Kind oft Infekte oder ist anderweitig oft krank?
- ? Ist Ihr Kind tagsüber hyperaktiv?

Dann lassen Sie Ihr Kind in unserer Privat- und Selbstzahlerpraxis schlafmedizinisch untersuchen!

Wir bieten Ihnen modernste schlafmedizinische Beratung, Diagnostik und Therapie vollständig ambulant in schöner und ruhiger Atmosphäre.

Bei Privatpatienten werden die Kosten von den Privatkassen übernommen, bei Selbstzahlern bieten wir einen angepassten Gebührensatz an.

Besuchen Sie uns in Frechen-Königsdorf!



Dr. med. Michael Feld
Allgemeinmedizin • Schlafmedizin • Somnologie (DGSM)
& Kollegen



Dr. med. Michael Feld
Allgemeinmedizin • Schlafmedizin • Somnologie (DGSM)
& Kollegen

**Praxis für ganzheitliche
Allgemein- und Schlafmedizin**

Termine nach Vereinbarung
Privatkassen & Selbstzahler

🏠 Augustinusstr. 11c
50226 Frechen-Königsdorf

☎️ Telefon: 0 22 34 - 911 99 17

📠 Fax: 0 22 34 - 911 99 18

✉️ E-Mail: kontakt@dr-michael-feld.de

🌐 Internet: www.dr-michael-feld.de

📷 Instagram: dr_feld_schlafexperte

📘 Facebook: DerSchlafdoc

🌐 LinkedIn: Michael Feld, Dr. med.

📺 YouTube: Dr. Michael Feld



Kinderschlaf
Schnarchen
& Schlafapnoe
Ein- &
Durchschlafstörungen

Informationsbroschüre

Praxis für ganzheitliche Allgemein-
und Schlafmedizin Privatkassen & Selbstzahler



Anlegen der Schlafverkabelung (Polysomnographie)

Schnarchen, Schlafapnoe Ein- und Durchschlafstörungen

Schnarcht Ihr Kind? Leidet Ihr Kind unter Ein- und Durchschlafproblemen?

Was sich zunächst harmlos und wie ein Kavaliersdelikt anhört, kann manchmal weitreichende Folgen für die Entwicklung ihres Kindes haben. So kann ständiges Schnarchen z.B. zu Deformierungen des noch weichen kindlichen Schädels führen, was sich in der Kieferstellung und auch im äußeren Gesichtsbild zeigen kann. Zudem leiden viele Kinder, die laut und lange schnarchen, auch an Ein- und Durchschlafstörungen, da der Körper viel mehr Atemarbeit leisten muss, was Stress bedeutet und den Schlaf erheblich stören kann.

Etwa 1 – 2% aller Kinder sind von einer sogenannten „Obstruktiven Schlafapnoe“ betroffen. Diese geht meist mit lautem Schnarchen, begleitet von angestrenzter Atmung und wiederholten Atempausen von mehreren Sekunden einher, die oft durch Zuckungen und plötzlich wieder einsetzende tiefe Atemzüge beendet wird.

Auch kommt es vor, dass die Kinder nachts stark schwitzen und allgemein unruhig schlafen. Durch die Apnoen kommt es zum Abfall der Sauerstoffsättigung im Blut, worauf der Körper mit vegetativen und zentralen Stressreaktionen reagiert. Es kommt zu sogenannten Mikro- und Makroreaktionen, wobei Stresshormone ausgeschüttet werden, die den Körper unbewusst wachrütteln, um den Sauerstoffabfall zu kompensieren. Die Sauerstoffsättigung im Blut steigt wieder an. Kurz darauf kommt es jedoch wieder zur Apnoe und zum Sauerstoffabfall und die Stressreaktion spielt sich erneut ab. Diese Reaktion geschieht unbewusst, das heißt das Kind schläft dabei meist weiter. Es passiert jedoch meistens die ganze Nacht lang und sorgt im Körper für Dauerstress.



Anlegen der Schlafverkabelung (Polysomnographie)

Wird die Ursache nicht erkannt und behandelt, kann der Schlaf seine Erholungsfunktion nicht mehr erfüllen, was viele negative Folgen, u.a. für das Herz-Kreislauf-System und die Gehirnentwicklung des Kindes mit sich bringt. Hinzu kommt oftmals Unkonzentriertheit und Unruhe am Tage, die das Sozialverhalten und die Schulleistungen beeinträchtigen kann. Die betroffenen Kinder brauchen meist sehr viel Schlaf, lassen sich nur schwer Wecken und sind nach dem Wecken meist unausgeschlafen und müde.

Im Tagesverlauf äußern sich Schnarchen und Schlafapnoe bei Kindern - im Gegensatz zu Erwachsenen – dann oftmals durch Unkonzentriertheit, Gereiztheit und auch durch hyperaktives Verhalten, weshalb für Eltern und Lehrer oftmals nicht direkt erkennbar ist, dass es sich um eine Schlafstörung handeln könnte, die diese Folgen mit sich bringt. Bei ca. 80% der Kinder sind vergrößerte Rachenmandeln oder Polypen im Nasen-Rachenraum für das Schnarchen und die obstruktive Schlafapnoe verantwortlich. Diese können medikamentös oder operativ behandelt werden. Wichtig ist, dass es erkannt wird!

Diagnostik

Um herauszufinden, ob Ihr Kind unter einer gestörten nächtlichen Erholungsfunktion durch starkes Schnarchen, obstruktive Schlafapnoe oder durch andere Ursachen leidet, ist eine Untersuchung empfehlenswert, die sich Polysomnographie (große mobile Schlafanalyse) nennt. Dabei wird ein bis zwei Nächte lang zu Hause im eigenen Bett gemessen, wie sich unter anderem die Gehirnströme, die Atmung, der Blutsauerstoff, das Nervensystem, das EKG und viele weitere Biosignale bei Ihrem Kind verhalten. In der professionellen Analyse können wir dezidiert die Schlafdauer-, Tiefe und Qualität



Das „Schlafschaf“, unser Praxismaskottchen

beurteilen, so wie vieles mehr. Sie kommen dazu am späten Nachmittag mit Ihrem Kind in unsere kindgerechte Praxis in Frechen-Königsdorf und wir legen Ihrem Kind behutsam das Polysomnographie-Gerät an, mit dem es dann ganz bequem Zuhause in seinem eigenen Bett schlafen kann. Das ist praktisch für Sie und zeigt uns, wie sich der Schlaf Ihres Kindes in der gewohnten Umgebung äußert.

Wir kleben ein paar bunte Elektroden an den Kopf und zwei Elektroden an die Beine und legen sanfte nicht störende Gurte am Körper an. Das Gerät wird von uns programmiert, sodass für Sie keine weiteren Maßnahmen mehr erforderlich sind. Sie fahren anschließend nach Hause, Ihr Kind schläft im eigenen Bett und Sie können das Gerät am nächsten Morgen Zuhause selber abnehmen. Im Anschluss bringen Sie es in die Praxis zurück und wir erstellen innerhalb von 3-4 Tagen die Auswertung, welche wir in einem weiteren Termin mit Ihnen dann ausführlich besprechen

Therapie

Den ausgewerteten Befund lassen wir - sofern Sie wünschen – schnellstmöglich auch Ihrem behandelnden Kinderarzt zukommen. Sollten bei Ihrem Kind Schnarchen, Ein- und Durchschlafstörungen oder eine Obstruktive Schlafapnoe diagnostiziert werden, besprechen wir mit Ihnen - und in der Regel auch mit Ihrem Kinder- oder HNO-Arzt - den vorliegenden Befund und die individuellen Therapiemöglichkeiten und stehen Ihnen mit unserer Expertise zum Thema Schlaf jederzeit zur Verfügung.