

# SCHNARCHLOS DURCH DIE NACHT!

*Gesunder Schlaf ist lebenswichtig*



R. Hinz

# Behandlung des Schnarchens durch Zahnmediziner

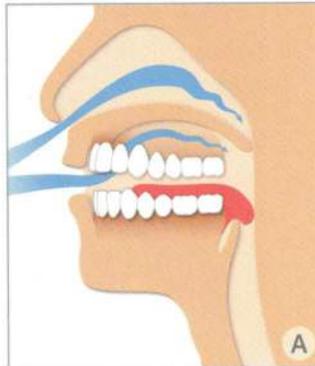
## Problem

Schnarchen entsteht durch einen gestörten Atemfluss: Die Zunge liegt weiter hinten und tiefer im Mundraum durch zu schmalen oder zurückliegenden Unterkiefer und engt so die Atemwege ein.

## Indikationen der Schienentherapie

Harmloses, aber störendes Schnarchen

- obstruktives Schnarchen
- leichte Schlafapnoe



### A. Hilfe bei Einengung oder Verschluss

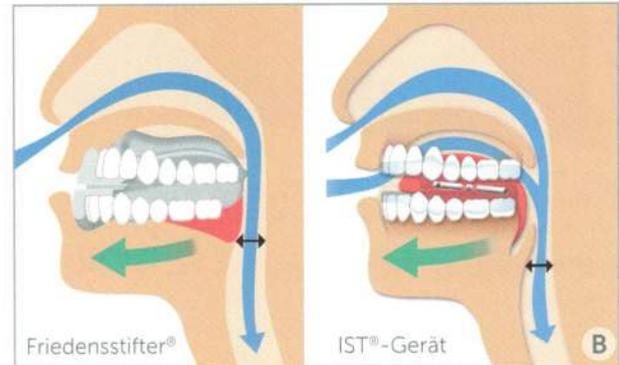
Eine falsche Zungenlage oder verlängerte und spannungslose Weichteile engen den oberen Atemweg ein oder verschließen ihn.

Zur Behandlung schlafbezogener Atmungsstörungen (SBAS), bei Schnarchen und leichter Schlafapnoe können Protrusionsschienen eingesetzt werden, die direkt beim Zahnarzt durch seinen Zahntechniker gefertigt werden. Sie werden wie eine Zahnspange nachts getragen und verlagern Unterkiefer und Zunge nach vorne.

# Protrusionsschienen-Therapie

## Lösung

Unterkiefer und Zunge werden mit dem Friedensstifter® oder einem Intraoralen Schnarchtherapie-Gerät (IST®-Gerät) vorverlagert. Die Atemwege werden dadurch frei und das Schnarchen wird verhindert.



### B. Vorverlagerung des Unterkiefers

Bei der Unterkiefer-Vorverlagerung wird die Zunge mit nach vorne geführt, das Gaumensegel gestrafft und der Atemweg geöffnet.

Es gibt unterschiedliche Arten im Mund befindlicher Apparaturen. Ihr Zahnarzt berät Sie und entscheidet mit Ihnen gemeinsam, welches Gerät das für Sie geeignete ist.