



Funktionsweise des Zungenschrittmachers.

ZVG

## Zungenschrittmacher gibt Lebensqualität zurück

**Schlaf-Apnoe** Ein Zungennerven-Stimulator lässt Betroffene wieder durchschlafen

VON STEFAN MÜLLER

Der 77-jährige Albert Fischer fühlt sich wieder wie ein neuer Mensch, seit ihm vor einem halben Jahr ein neu entwickelter Zungennerven-Stimulator, eine Art «Zungenschrittmacher», eingepflanzt wurde. «Ich kann wieder einwandfrei schlafen, und ich bin morgens erholt», berichtet er. Der Luzerner leidet seit vielen Jahren unter einer starken obstruktiven Schlaf-Apnoe. Bei dieser gefährlichen Krankheit fallen im nächtlichen Schlaf regelmässig die Atemwege im Rachen-/Gaumen-Bereich zusammen, sodass der Atem aussetzt und zu wiederkehrendem kurzen Aufwachen führt, was der Patient allerdings nicht spürt. Die Sauerstoffversorgung kann hierbei stark abfallen. Typische Symptome sind Schnarchen mit Atempausen, erhöhte Schläfrigkeit oder Müdigkeit am Tag.

### Ähnlich wie Herzschrittmacher

Albert Fischer hatte bis zu 55 Aussetzer pro Stunde und vermochte deswegen seit fast zehn Jahren nur noch mit einer Überdruckmaske zu schlafen, die bei Schlaf-Apnoe verbreitet angewendet wird. Weil der sportliche Berggänger allerdings den bei ihm benötigten Druck nicht vertragen hat, war der Nutzen nur beschränkt. Die chronische Müdigkeit schränkte vor allem bei gesellschaftlichen und geistigen Tätigkeiten ein. Beim Zusammensitzen, Lesen oder Fernsehen verfiel er andauernd in Sekundenschläfchen, und es fehlte der Zusammenhang. Autofahren war an guten Tagen höchstens für Kurzstrecken möglich. Bei Sport im Freien war es ihm immer am wohlsten.

Im letzten Sommer wurde Albert Fischer von der Klinik für Schlafmedizin

(KSM) wegen eines Zungennerven-Stimulators angefragt. «Ich war natürlich sofort einverstanden», sagt er - und zählte damit zu einem der ersten zehn Patienten in der Schweiz, denen ein solches Implantat eingesetzt wurde.

Der Zungennerv-Stimulator besteht aus einem auf Brusthöhe eingesetzten daumengrossen «Schrittmacher», der

**«Durch die Stimulation bewegt sich die Zunge beim Einatmen ein bisschen nach vorne und macht hinten Platz.»**

Arto Nirikko KSM-Chefarzt

kontinuierlich den Atemrhythmus des Patienten im Schlaf erfasst. Ein feines Kabel unter der Haut verbindet den Schrittmacher über Brust und Hals mit bestimmten Nerven der Zungenmuskeln. Bei jeder Atmung sendet nun der Schrittmacher einen leichten Stromimpuls zur Zunge. «Durch die Stimulation bewegt sich die Zunge beim Einatmen ein bisschen nach vorne und macht hinten Platz. Dort, wo es beim Schlaf-Apnoe-Syndrom die Atemwege zudrückt, wird es dann wieder frei», erklärt Arto Nirikko, KSM-Chefarzt. «Ähnlich wie beispielsweise ein Herzschrittmacher bei Herzrhythmusstörungen oder ein Hirnstimulator bei Parkinson.»

### Kleiner Eingriff, hohe Kosten

Der dreieinhalbstündige Eingriff unter Vollnarkose und ein fünftägiger Spitalaufenthalt waren für Albert Fischer gut verträglich. «Ich musste morgens um sieben im Kantonsspital Liestal antraben, abends konnte ich schon wieder aufstehen, ohne Schmerzen, und

richtig essen.» Die Narben an der Kehle und im unteren seitlichen Brustbereich stören ihn überhaupt nicht und an das Gerät oberhalb der Brustwarze gewöhnte er sich innert zwei bis drei Monaten.

«Der Eingriff ist keine grosse Sache und das Risiko minim», bestätigt Arto Nirikko. Für den Schlafmediziner ist diese Methode «klar ein Fortschritt für Menschen mit obstruktiver Schlaf-Apnoe.» Sie komme aber angesichts der hohen Kosten von rund 25 000 Franken nur für diejenigen infrage, die unter einer mittleren bis starken Apnoe litten und die deutlich billigere Beatmungsmaske nicht vertragen würden. Wirkungslos ist er auch bei Menschen mit starkem Übergewicht, BMI 35 und mehr. Die Krankenkassen tragen die Kosten, wenn alle Voraussetzungen erfüllt sind.

Die Einsetzung des Implantates erfolgte in Zusammenarbeit mit dem Hals-Nasen-Ohren-Spezialisten Kurt Tschopp vom Kantonsspital Baselland, das als führend auf diesem Gebiet gilt. Eine solche Kooperation ist notwendig, weil die Schlafzentren über keine Chirurgie verfügen und umgekehrt die Hals-Nasen-Ohren-Kliniken über kein Schlaflabor, das unter anderem für die Feineinstellung des Schrittmachers wichtig ist.

Bis Albert Fischer aber seinen Schlaf per Fernbedienung - abends ein, morgens aus - steuern konnte, musste er nach der Operation vier bis fünf Wochen abwarten. Der Eingriff hatte zuerst zu verheilen. Mit Einschalten des Schrittmachers ging es Albert Fischer aber rasch besser. Nach rund drei Monaten fühlte er sich wieder voll bei Kräften und die Sekundenschläfchen verschwanden nach und nach.

### Ratgeber Gesundheit

Heute: Stephan Kupferschmid, Chefarzt und Bereichsleiter Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie PDAG



## Unsere Tochter isst kaum mehr!



Essstörungen im Jugendalter sind nicht selten; meist brauchen Betroffene eine Therapie. Die Heilungschancen sind gut.

ISTOCKPHOTO

**Unsere 15-jährige Tochter hat seit mehr als einem Jahr zunehmend grösser werdende Probleme mit dem Essen. Sie hat immer weniger gegessen und eine schwarze Liste geführt von Nahrungsmitteln, die sie nicht mehr essen kann. Die Hausärztin hat eine Magersucht diagnostiziert und eine tagesklinische Behandlung empfohlen. Auf was müssen wir als Eltern bei der Behandlung achten?**

Herr B. S. aus W.

Die bei Ihrer Tochter festgestellte Essstörung ist im Jugendalter nicht selten. Die Magersucht ist gekennzeichnet durch eine starke Gewichtsabnahme, aktive Massnahmen zur Regulation des Gewichtes und ein auffälliges Essverhalten. Häufig bewerten die Betroffenen das Thema Figur und Gewicht sehr stark. Bei einem niedrigen Gewicht kann es auch zu körperlichen Folgeschäden wie zum Beispiel Hormonstörungen kommen.

Zur Hausärztin zu gehen, war richtig. Es hilft den Betroffenen, wenn man die Essstörung zum Thema macht und versucht, für Beratungen und Therapien zu motivieren. Zentrale Punkte bei einer Therapie sind das Wiedererreichen eines ge-

sunden Körpergewichts und die Normalisierung des Essverhaltens. Daneben sind auch das Bearbeiten des verzerrten Körperbildes und der Umgang mit den eigenen Gefühlen bei vielen Jugendlichen mit Essstörungen wichtig.

Diese Therapieschritte können durch eine ambulante Therapie, eine tagesklinische Behandlung oder durch einen stationären Aufenthalt erreicht werden. Häufig sind bei der Behandlung einer Essstörung verschiedene dieser Schritte notwendig. Bei der tagesklinischen Behandlung übernachten die Jugendlichen zu Hause und nehmen tagsüber an den therapeutischen Angeboten der Klinik teil. So ist der Bezug zum normalen Alltag besonders stark und neue Verhaltensweisen können zu Hause umgesetzt werden.

In der neuen Klinik für Kinder und Jugendliche auf dem Areal Königsfelden haben wir als Erste in der Schweiz eine kontinuierliche Fallführung durch unsere Psychotherapeuten etabliert. Das heisst, Jugendliche und ihre Familien werden während der stationären Behandlung von der gleichen Fachperson betreut wie später in der tagesklinischen Behandlungsphase. Das ermöglicht eine frühere Rückkehr in den Alltag und erleichtert den Weg zurück ins Leben. Informationen und Anmeldung unter 056 462 20 10 oder [kj.zentrale@pdag.ch](mailto:kj.zentrale@pdag.ch)

### Gesundheit Ratgeber

**Sie fragen – Fachleute antworten; richten Sie Ihre Fragen an:**

Ratgeber Gesundheit  
Neumattstr. 1; 5001 Aarau  
Fax 058 200 53 54  
[www.gesundheitaargau.ch](http://www.gesundheitaargau.ch)

Ratgeber Gesundheit ist ein von der Redaktion unabhängiges PR-Gefäss. Für den Inhalt sind verschiedene Gesundheitsdienstleister verantwortlich.

INSERAT

# Gesundheit

in dieser Zeitung immer ein Thema

