

Bremen, 5. August 2010

Presseinformation

Keine gute Nacht: Viele Bremer schlafen immer schlechter Alarmierender Anstieg von Schlafstörungen und Schlafapnoe seit 2006

Immer mehr Bremer und Bremerhavener kommen nachts nicht zur Ruhe: Die Kassenärztliche Vereinigung Bremen (KVHB) hat einen beunruhigenden Anstieg von Schlafstörungen festgestellt. Rund 23.000 Bremer und Bremerhavener haben im abgelaufenen Jahr deshalb einen Haus- oder Facharzt aufgesucht. Das sind 11 Prozent mehr als 2006. Rund 3400 Menschen mussten wegen einer Schlafapnoe mit nächtlichen Atemaussetzern behandelt werden – ein Anstieg von 26 Prozent im Vergleich zu 2006.

„Wir müssen davon ausgehen, dass die Dunkelziffer wesentlich höher ist“, kommentiert Dr. Thomas Liebsch, Allgemeinarzt aus Bremen und Vorsitzender der Vertreterversammlung der KVHB, die Auswertung. „Viele Betroffenen versuchen sich erfahrungsgemäß selbst zu kurieren, anstatt einen Arzt aufzusuchen. Sie greifen zu Schlafmitteln, was ihnen eher schadet als nutzt.“ Bei der Behandlung von Schlafstörungen ist es wichtig, ihre Auslöser zu kennen. Liegt eine organische oder psychische Erkrankung als Ursache vor, so sollte diese „Grundkrankheit“ zuerst behandelt werden. Je früher, desto besser. Denn Schlafprobleme können andere schwere Krankheiten auslösen, unter anderem Herz-Kreislauf-Störungen und Depressionen, sie können aber auch die Abwehrmechanismen des Körpers nachhaltig schwächen. Dr. Liebsch. „Wer ständig müde in den Tag startet, ist anfälliger für Infektionen.“

In die Auswertung der KVHB sind sämtliche ambulant-ärztliche Diagnosen in Bremen und Bremerhaven seit 2006 eingeflossen. In den vergangenen Jahren ist die Zahl der wegen Schlafstörung behandelte Patienten von 20.190 auf rund 23.000 gestiegen – eine Zunahme von 11 Prozent. Eine häufige und sehr belastende Krankheit ist die so genannte Schlafapnoe, die durch Atmungsaussetzer und lauten Schnarchgeräuschen gekennzeichnet ist. Diese Diagnose ist 2009 in Bremen und Bremerhaven rund 3400-mal gestellt worden – 26 Prozent häufiger als vor vier Jahren.

Ursachen für die wachsende Zahl von Patienten sehen Mediziner unter anderem in einer Zunahme von Faktoren, die die Schlafstörungen auslösen und verstärken: das sind beispielsweise Stress, Schmerzerkrankungen und Umweltbedingungen.