

Wiesbadener Patiententag: Riskante Atemaussetzer im Schlaf

Von **Adriana Heide**

Erschienen am 06.05.2019 um 02:00 Uhr, zuletzt geändert am 06.05.2019 um 02:41 Uhr

Meinhard Karlowski von der Schlafapnoe Selbsthilfe berät Besucher am Patiententag, die von der Krankheit betroffen sind und legt ihnen den Gebrauch einer Atemmaske ans Herz.



Der lebenswichtige Begleiter in der Nacht: Die Vollgesichtsmaske, die dem Schlafapnoe-Patienten Atemluft zuführt, wird von vielen Betroffenen ungern getragen. Meinhard Karlowski bestärkt Erkrankte darin, ihre Krankheit anzunehmen und berät sie bei der Wahl der richtigen Passform. *Foto: Tristan Schirling*

WIESBADEN - Es ist regnerisch an diesem Samstagmorgen. Ein frischer Wind weht über den Schlossplatz in Wiesbaden. Die winterlichen Temperaturen sind auch im Foyer des Rathauses zu spüren. Die großen Glastüren schwingen im Minutentakt auf und zu. Besucher strömen in das Innere des Gebäudes.

Neben Ärzten locken auch ehrenamtliche Beratungsinstitutionen und Selbsthilfegruppen das überwiegend ältere Publikum mit Informationsbroschüren und Mitmachangeboten an ihre Stände. Einer von ihnen ist Meinhard Karlowski. An seinem Stand im ersten Stock klärt der Ehrenamtler der Schlafapnoe Selbsthilfe Betroffene über die therapeutischen und technischen Möglichkeiten auf und gibt jedem Besucher in seiner Beratung ein Stückchen Hoffnung mit auf den Weg. „Wir merken, dass viele Erkrankte zu wenig Hilfe bekommen.“

Sie sind nicht gut aufgeklärt. Wir versuchen, Betroffenen mit unserem Wissen weiterzuhelfen“, sagt der Wiesbadener.

Mit einer Vollgesichtsmaske in der Hand erklärt Karlowski einer Besucherin den elektrisch betriebenen Kompressor, der mit einem Schlauch an die Atemmaske angeschlossen ist und den Schlafapnoe-Patienten in der Nacht mit Atemluft versorgt. Die Rentnerin leidet seit vielen Jahren an Schlafstörungen und Atemnot sowie starken Kopfschmerzen als Folge.

FÖRDERPREIS DER WEGENER-STIFTUNG

Die Marion-und-Bernd-Wegener-Stiftung hat ihren Förderpreis an drei regionale Selbsthilfegruppen vergeben: Armut und Gesundheit in Deutschland, Leukämiehilfe Rhein-Main und Schlafapnoe Selbsthilfe Mainz und Umgebung. Sie erhalten jeweils 2500 Euro.

FÖRDERPREIS der WEGENER-STIFTUNG

Die Marion-und-Bernd-Wegener-Stiftung hat ihren Förderpreis an drei regionale Selbsthilfegruppen vergeben: Armut und Gesundheit in Deutschland, Leukämiehilfe Rhein-Main und Schlafapnoe Selbsthilfe Mainz und Umgebung. Sie erhalten jeweils 2500 Euro.

Ihre Beschreibungen deuten auf eine Schlafapnoe. „Wenn der Zungenmuskel erschlafft, verschließt er den Rachen. Der Betroffene bekommt dann keine Luft mehr, die Atmung setzt aus. Manchmal sind es wenige Sekunden, es kann aber auch bis zu vier Minuten dauern, bis das Gehirn den Körper weckt“, erklärt Karlowski der Betroffenen, die sich schockiert zeigt, als sie ihre Vermutung bestätigt bekommt. Der erste Vorsitzende der Schlafapnoe Selbsthilfe Mainz und Umgebung leidet selbst seit vielen Jahren an der Krankheit Schlafapnoe. Mit der Vollgesichtsmaske, die er jede Nacht trägt, habe er seine Atemaussetzer in den Griff bekommen.

Über 30 Selbsthilfegruppen ehrenamtlich im Einsatz

Er schlafe nachts durch und könne am Morgen ausgeruht in den Tag starten. Der Besucherin rät er: „Suchen Sie einen Spezialisten auf und verbringen Sie eine Nacht im Schlaflabor. Danach haben Sie Gewissheit und können sich behandeln lassen.“ Eine Liste mit Adressen und Informationsmaterial gibt er ihr mit auf den Weg. Die Panik, die Betroffene in der Nacht verspüren, wenn sie keine Luft bekommen, könne er gut nachvollziehen. Auch deswegen engagiere er sich gerne in seiner Freizeit und teile sein Wissen mit Betroffenen: „Wir profitieren ebenso von solch einem Tag, weil auch wir neue Informationen bekommen und uns mit anderen austauschen können.“ Die benachbarten Kollegen anderer Selbsthilfegruppen ermitteln das Lungenvolumen von Rauchern und Nicht-Rauchern, testen das Schlaganfallrisiko und messen Blutdruck und Blutzuckerwerte. Während es an den Nachbarständen aber eher ruhig zugeht, kann sich Karlowski vor Arbeit kaum retten. Die Mitglieder der Selbsthilfegruppe, die an diesem Tag mit dem Förderpreis der Wegener-Stiftung ausgezeichnet wurde, beraten Betroffene bei der Wahl der richtigen Passform, der korrekten Pflege und vermitteln Kontakte zu behandelnden Ärzten und Schlaflaboren.

Von 130 registrierten Selbsthilfegruppen in Wiesbaden nehmen über 30 am Patiententag teil, teilt Johanna Stiller mit, Mitarbeitern vom Wiesbadener Gesundheitsamt. „Wir sind froh, dass die Angebote so gut besucht sind, denn alle Beteiligten sind heute ehrenamtlich hier. Das sollte anerkannt werden, denn das ist nicht selbstverständlich.“