

Nachschlagewerk

Schlafapnoe

Fragen und Antworten
zur Therapie

Barrierefreies PDF
kostenloser Download ab 16.9.2023



Selbsthilfegruppen im Arbeitskreis
Schlafapnoe Nds. Selbsthilfegruppen e.V.

*Wir bewegen gemeinsam -
was uns verbindet*



Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Leserinnen und Leser,

'der Schlaf ist für den ganzen Menschen, was das Aufziehen für die Uhr', hat Arthur Schopenhauer einmal gesagt und damit anschaulich die Bedeutung des Schlafes für die physische und psychische Gesundheit beschrieben.

Menschen, die am obstruktiven Schlafapnoe-Syndrom leiden, können von einer ungetrübten Nachtruhe nur träumen. Sie wachen müde und unausgeschlafen auf. Das hat nicht nur Folgen für das persönliche Wohlbefinden, Patientinnen und Patienten haben zudem ein deutliches erhöhtes Risiko für eine Reihe von Folgeerkrankungen. Therapien, wie etwa die nächtliche Überdruckbeatmung, können die Beschwerden lindern.

Mindestens genauso wichtig ist jedoch der Austausch mit anderen Betroffenen. Selbsthilfegruppen leisten im wahrsten Sinne des Wortes Hilfe zur Selbsthilfe. Um sie zu unterstützen, fördert das Land die Selbsthilfeinfrastruktur mit den 42 Selbsthilfekontaktstellen und dem Selbsthilfebüro Niedersachsen. Ich danke den vielen Ehrenamtlichen vor Ort sehr herzlich für Ihr vielfältiges Engagement.

Ihr
Dr. Andreas Philippi
Nds. Minister für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Gleichstellung



Bild: adobestock.com

Nachschlagewerk **Schlafapnoe**

Fragen und Antworten zur Therapie