

Überdruckatmung nützt bei Schlafapnoe-Syndrom

r -- Jenkinson C, Davies R, Mullins R et al. Comparison of therapeutic and subtherapeutic nasal continuous positive airway pressure for obstructive sleep apnoea: a randomised prospective parallel trial. *Lancet* 1999 (19. Juni); 353: 2100-5 [\[LINK\]](#)

Kommentar: Andreas Knoblauch

Studienziele

Bei Personen mit Schlafapnoe kollabiert im Schlaf die Pharynxmuskulatur, was zur Obstruktion und schliesslich zu kurzfristigem Erwachen führt. 1981 wurde die Überdruckatmung mit einer Nasenmaske eingeführt, die in unkontrollierten Studien eine gute Wirksamkeit zeigte. Nun sollte dies mit einer kontrollierten und randomisierten Studie auch bewiesen werden.

Methoden

In der Oxford-Schlaf-Klinik wurden Männer in die Studie aufgenommen, die unter extremer Schläfrigkeit tagsüber litten und während des Schlafs mehr als 10 Apnoe-Episoden pro Stunde mit einem Abfall der O₂-Sättigung um mehr als 4% hatten. Die Patienten hatten bisher keine Erfahrung mit Überdruckatmung. Die aktiv behandelte Gruppe wurde während eines Monats mit einer Überdruckatmung von 10 cm H₂O behandelt, die Vergleichsgruppe mit einem Druck von nur 1 cm H₂O, wobei der Druck durch unsichtbare Löcher im Schlauchsystem reduziert wurde. Die Wirkung wurde anhand von mehreren objektiven und subjektiven Testverfahren beurteilt.

Ergebnisse

52 Patienten wurden aktiv, 49 nur scheinbar behandelt. Unter der Scheinbehandlung nahm die Zahl der Apnoe-Episoden nicht ab. Bei den aktiv Behandelten zeigten nach einem Monat alle Tests eine signifikante Besserung, während bei den nur scheinbar Behandelten lediglich geringe, nicht-signifikante Verbesserungen gemessen wurden. So sank zum Beispiel unter aktiver Behandlung der Schläfrigkeits-Score von 15,0 auf 7,0, in der anderen Gruppe nur von 15,0 auf 13,0.

Schlussfolgerungen

Mit einer Überdruckatmung kann bei Schlafapnoe-Patienten die Schläfrigkeit am Tag, das allgemeine Befinden und die Leistungsfähigkeit innerhalb eines Monats signifikant gebessert werden.

Die Überdruck-Therapie des obstruktiven Schlafapnoikers ist eine der wirksamsten Therapien, die die Medizin heute anzubieten hat. Sie ist wenige Jahre alt und viele Fragen sind naturgemäss noch offen und unerforscht. Ein (übermässig) kritischer Artikel im *British Medical Journal* hat auf Schwachstellen in der Dokumentation der Wirksamkeit dieser Behandlung hingewiesen.¹

Die hier besprochene, methodisch klug angelegte Studie, schliesst diese Lücke. Sie bestätigt mit einem rigorosen wissenschaftlichen Instrumentarium die Erfahrung von betroffenen Personen und betreuenden Ärzten, die von einer langanhaltenden Wiederherstellung der Lebensqualität berichten. Saubere Arbeit der Schlaflaboratorien und Zentren für Schlafmedizin vorausgesetzt, ist selten ein Gesundheitsfranken so gut angelegt wie in Abklärung und Therapie dieser häufigen Störung der Atmung im Schlaf, die wir obstruktives Schlafapnoe-Syndrom nennen. Müdigkeit, Schlafdruck tagsüber und Schnarchen sollen aufmerksam machen, dass das wunderbare und fragile Gleichgewicht zwischen Atmung und Schlaf gestört sein könnte: ein remedialer Zustand.

Andreas Knoblauch

1 Wright J, Johns R, Watt I et al. Health effects of obstructive sleep apnoea and the effectiveness of continuous positive airways pressure: a systematic review of the research evidence. *BMJ* 1997 (22. März); 314: 851-60