

Sekundenschlaf als häufigste Unfallursache

Auslösende Krankheit Schlafapnoe bleibt meist unbehandelt



Experten gehen davon aus, dass Müdigkeit insgesamt 25 Prozent aller Unfälle im Autoverkehr verursacht. Sie ist damit die häufigste nachweisbare Unfallursache und übertrifft die Anzahl der durch Alkohol und Drogen ausgelösten Unfälle. Der Begriff "Schlaftrunkenheit" kommt nicht von ungefähr. Der Leistungsabfall bei einem Schlafentzug von 24 Stunden ist vergleichbar mit einer Alkoholisierung von 0,8 Promille.

Dennoch gelten Schlafstörungen als Bagatelle und finden beim Arztbesuch häufig keine Beachtung. Die Konsequenz ist, dass die Patienten weder ausreichend diagnostiziert noch behandelt werden. So sind **weniger als 10 Prozent** der Schlafapnoe-Patienten tatsächlich in Behandlung. Der volkswirtschaftliche Schaden ermüdungsbedingter Unfälle ist hoch, in Deutschland wird er auf 20 Milliarden Euro pro Jahr geschätzt.

Das Risiko

Gerade im Straßenverkehr ist Schlafapnoe ein nicht zu unterschätzendes Risiko. Fährt man mit einer Geschwindigkeit von 100km/h, so legt man während einer Sekunde Schlaf **28 Meter blind und reaktionslos** zurück. Daher ist ein unbehandelter Schlafapnoiker in keiner Führerscheinklasse zur Teilnahme am Straßenverkehr zugelassen. Behandelte Schlafapnoiker dürfen nur unter der Bedingung regelmäßiger Kontrolle ein Auto führen. Ist der Sekundenschlaf von Schlafapnoikern die Ursache eines Unfalls, **muss die Versicherung zudem nicht zahlen**.

Die Hintergründe

In Deutschland sind ca. 2,5 Millionen Menschen und damit 2-4 Prozent der 20-60 jährigen von Schlafapnoe betroffen. Bei der Schlafapnoe kommt es während des Schlafes immer wieder zu Atemaussetzern. Die Folgen des verminderten Sauerstoffgehaltes im Blut sind gravierend. **Das Tückische ist, dass die Betroffenen überhaupt nicht wissen, dass sie unter Schlafapnoe leiden.** Die Patienten merken nur, dass Sie unter chronischer Tagesmüdigkeit, Kopfschmerzen und verminderter Leistungsfähigkeit leiden. Die Konzentrationsfähigkeit lässt deutlich nach und erhöht das Risiko eines Unfalls durch "Sekundenschlaf" um ein Vielfaches.

Die Therapie

Ziel der Initiative Gesunder Schlaf (IGS) ist es daher, in der Gesellschaft neben der Aufklärung über die **Volkskrankheit** Schlafapnoe die Informationsdefizite in der gesamten Bevölkerung abzubauen und gefährdete bzw. betroffene Personen frühzeitig zu einer Diagnose und Therapie zu bewegen. Denn eine rechtzeitige Therapiezuführung würde nicht nur die Therapiekosten senken, sondern auch hohen volkswirtschaftlichen Schaden vermeiden. Besteht der Verdacht auf eine Schlafapnoe wird der Patient in ein Schlaflabor überwiesen. Hier wird eine Schlafuntersuchung durchgeführt, um die Therapiemaßnahmen einzuleiten. Die wirkungsvollste Therapie ist heute die Behandlung mit Atemtherapiegeräten.

Quelle: IGS