



Alternativen zur Maske:

Obwohl die Beatmungsmaske der “goldene Standard” in der Therapie der Schlafapnoe ist, gibt es bei leichter Schlafapnoe auch mögliche Alternativen zur Maske.

Zu beachten ist allerdings, dass nicht alle Alternativen bei jedem Betroffenen helfen und dass die Krankenkasse die Kosten nicht übernimmt. Nur in Ausnahme-Fällen z.B. ärztliche Begründung wird eine andere Therapie vergütet.

Folgende Alternativen zur Maske sind uns derzeit bekannt:

Gewichtsreduktion,
verschiedene Seitenlage-Produkte,
chirurgische HNO Intervention/ Operation,
Zahnschiene vom Zahnarzt/Zahntechniker,
Training mit Logopäden,
Zungenschrümmacher,
Kiefer-Orthopädie,
Schnarch-Schiene,
Didgeridoo Training
Alaxo-Stent
Einnahme von Muskelentspannenden Arzneimittel vom Arzt prüfen lassen
Lebensführung und Schlafhygiene beachten

Diverse andere Hilfen in Zeitschriften oder Internet gegen Schnarchen und Schlafapnoe angeboten, sind nicht immer durch wissenschaftliche Studien belegt.

Selbsthilfegruppe Schlafapnoe Österreich

Tel.: 0043 664 15 08 627 von 9 – 16h wochentags

Email: kontakt@schlafapnoe-shg.at

Web: www.schlafapnoe-shg.at