

Gesunder Schlaf



Eine **Störung des Schlafs** ist eine ernste Angelegenheit. Jeder weiß, wie schlecht man sich fühlt, wenn man einmal nicht gut geschlafen hat. Wenn diese Störung jedoch dauerhaft vorliegt, besteht eine dringend behandlungsbedürftige Erkrankung.

Eine genaue Unterscheidung der verschiedenen Schlafstörungen ist sehr wichtig. Man unterscheidet primär zwischen **Schlafapnoe** und habituellen **Schnarchen**.

Unbehandelt leiden die Vitalität und das Wohlbefinden.

Chronische Erkrankungen wie Bluthochdruck, Herzversagen oder Schlaganfall sind häufig die Folge.

Gerne berate ich Sie nach einer ausführlichen interdisziplinären Untersuchung, welche Form der Behandlung individuell für Sie empfehlenswert ist.