

Schlafapnoe belastet Betroffene, Kassen und Gesellschaft

Herz-Kreislaufkrankungen, Schlaganfälle und Depressionen zählen zu den häufigsten gesundheitlichen Problemen in Deutschland. Neben den gravierenden Folgen für die Betroffenen selbst belasten sie auch das Gesundheitssystem. Nicht selten sind Schlafmangel und Schlafstörungen die Ursache für diese Erkrankungen. Mehr als vier Millionen Menschen in Deutschland leiden an einer behandlungsbedürftigen Schlafapnoe, bei der es zu Atemstillständen im Schlaf kommt.

Schlafapnoe hat Folgen



4 Mio.
Betroffene
800.000
in Behandlung

Gründe: fehlendes
Bewusstsein, Unter-
und Fehlversorgung,
Therapieabbruch

Schlafapnoe: Nur jeder Fünfte ist in Therapie

Die obstruktive Schlafapnoe wird in der Regel mit einer Schlafmaske behandelt. Doch von den ca. vier Millionen Betroffenen in Deutschland befinden sich nur ca. 800.000 in Behandlung. Der Grund: Schlafstörungen werden vielfach unterschätzt und zu selten ärztlich therapiert. Zudem gehen viele die Therapie nicht beherzt an: Sie haben zuvor noch nie von Schlafapnoe gehört und wissen nicht um deren ernste Risiken. Es fehlt an flächendeckender Aufklärung und an adäquaten Versorgungsstrukturen vom Hausarzt bis zum Spezialisten.

Innovation und Service ermöglichen eine erfolgreiche Schlaftherapie

Die hohen Abbruchraten der Therapie mit einer Schlafmaske lassen sich durch eine intensive Betreuung der PatientInnen vermeiden – eine Aufgabe zum einen von ÄrztInnen, zum anderen von nicht ärztlichen Leistungserbringern. Diese versorgen Betroffene mit Therapiegeräten und passen Maske sowie Zubehör individuell an. Zusätzlich helfen Telemonitoring und Telemedizin als technische Unterstützung für die Kurz- und Langzeitbetreuung der Betroffenen.

Zu wenig Qualität in der Patientenversorgung: Ursachen und Folgen

Die Qualität der Versorgung von Patientinnen und Patienten mit einer obstruktiven Schlafapnoe hat drastisch abgenommen.

- Nachfrage und Betreuungsangebote klaffen zunehmend auseinander
- die medizinische Betreuung wird auf die nächtliche Diagnostik und Therapieeinstellung beschränkt
- Kontrolluntersuchungen nach erfolgter Therapie sind gesetzlich beschränkt worden
- bei der Versorgung mit der optimalen Therapie dominiert der Preis, nicht die Qualität
- die Abbruchrate der Therapie mit einer Schlafmaske ist hoch
- Müdigkeit, Folge- und Begleiterkrankungen der nicht behandelten und der nicht optimal therapierten Patientinnen und Patienten treiben die Gesundheitskosten in die Höhe

„Schlaf: eine Säule der Prävention.“

Prof. Dr. Helmut Teschler,
Vorsitzender Deutschland schläft gesund

Eine hochwertige Patientenversorgung braucht Reformen und Investitionen

Prävention ist eine zentrale Säule deutscher Gesundheitspolitik. Politik und Krankenkassen unterstützen zahlreiche Programme, die Bewegungsmangel bekämpfen, Entspannung oder eine gesunde Ernährung fördern. Genauso gehört auch erholsamer Schlaf zu einer modernen, auf Prävention ausgerichteten Gesundheitspolitik. Eine häufige Ursache für den nicht erholsamen Schlaf ist die Schlafapnoe. Hier wollen wir sensibilisieren und gemeinsam mit Politik und Krankenkassen Rahmenbedingungen schaffen, die eine hochwertigere Schlafapnoeversorgung ermöglichen.

Dafür bedarf es

- einer Anerkennung gesunden Schlafs als eigenständige Säule der Prävention
- der Sicherung und des Ausbaus einer qualitativ hochwertigen, flächendeckenden, nachhaltigen und am individuellen Bedarf und Therapieerfolg orientierten Versorgung
- der gesetzeskonformen Umsetzung der Heil- und Hilfsmittelrichtlinien
- der entsprechenden Weichenstellung durch die Politik
- einer Förderung der technologischen Weiterentwicklung von Diagnose- und Therapiemethoden

„Gesunder Schlaf schafft Lebensqualität.“

Prof. Dr. Ingo Fietze,
Vorsitzender Deutschland schläft gesund

Zahlen & Fakten: Schlafstörungen und schlafbezogene Atmungsstörungen

4 Mio.

Menschen in Deutschland
leiden an Schlafapnoe.¹

210.000

Arbeitstage verlieren deutsche Unternehmen
pro Jahr durch unausgeschlafene Mitarbeiter.²

Über
30 %

aller Männer leiden
an Schlafapnoe.⁴

60 Mrd. €

verliert die deutsche Wirtschaft jährlich
durch Produktivitätsverluste infolge von
Schlaferkrankungen.³

26 %

aller Autofahrerinnen und
-fahrer sind bereits einmal
am Steuer eingeknickt.⁶

Nahezu
20 %

aller Frauen leiden
an Schlafapnoe.⁵

**GESUNDER SCHLAF
IST PRÄVENTION**

Quellen: ¹International Classification of Sleep Disorders, ICD-3, 2014. ^{2,3}Randstudie 2016. ^{4,5}Schlafapnoe betrifft 34% der Männer und 17% der Frauen im Alter zwischen 30 und 70 Jahren. Peppard et al. Increased Prevalence of Sleep-Disordered Breathing in Adults. Am J Epidemiol. 2013 (5.17). ⁶DGSM-Kampagne „Vorsicht Sekundenschlaf“.

„Deutschland schläft gesund“

ist eine Initiative der Deutschen Stiftung Schlaf. Die Initiative hat sich zum Ziel gesetzt, das bisher von der Gesundheitspolitik vernachlässigte Thema Schlaf in den Mittelpunkt zu rücken. Wir wollen ein Bewusstsein für den gesunden Schlaf schaffen und über den ungesunden Schlaf aufklären – bei denen, die unser Gesundheitssystem gestalten, bei den Krankenkassen und bei denen, die Patientinnen und Patienten betreuen. Dafür werben wir gemeinsam mit Betroffenen, Selbsthilfen, Experten, Verbänden, Stiftungen und allen, die uns bei unserem Anliegen unterstützen möchten. Wir wollen dafür sorgen, dass Deutschland in Zukunft gesünder schläft, denn wir sind davon überzeugt, dass dies jedem Menschen hilft, das Gesundheitssystem spürbar entlastet und positive Folgen für alle Bereiche des menschlichen Lebens und Arbeitens hat.

Vorsitzende von „Deutschland schläft gesund“ e. V. sind Prof. Dr. Helmut Teschler, Ruhrlandklinik, Universitätsmedizin Essen, und Prof. Dr. Ingo Fietze, Vorsitzender der Deutschen Stiftung Schlaf und Autor von „Die übermüdete Gesellschaft“ (Rowohlt 2018).

Deutschland schläft gesund

Deutsche Stiftung Schlaf
c/o Somnico GmbH
Luisenstraße 55
10117 Berlin

www.deutschland-schlaeft-gesund.de
info@deutschland-schlaeft-gesund.de

Volkskrankheit Schlafapnoe

Warum Politik und Krankenkassen jetzt handeln müssen



**Deutschland
schläft gesund**

Eine Initiative der Deutschen Stiftung Schlaf