

# beauty+

ÆSTHETIC

**Endlich  
Sommer**

Wie man sich perfekt  
auf die **schönste  
Zeit des Jahres**  
vorbereitet

- *Leichte Kost für heiße Tage*
- *Melanome – die schwarze Gefahr*
- *Leichte Sommerdüfte*

**BEAUTY TALK**

20 FRAGEN AN

Gundis  
**Zambo**

**CHRONOBIOLOGIE**

Leben nach der  
inneren Uhr

PORTRÄT DES DÜSSELDORFER  
SCHÖNHEITSCHIRURGEN  
**DR. CHRISTOPH REIS**

INTERVIEW MIT  
**JESSICA**  
FIRST LADY OF  
**NAILS**

**NEUE  
THERAPIE**

BEI CHRONISCHER  
NASENNEBEN-  
HÖHLENENTZÜNDUNG

**&**

BIO-KOSMETIK  
ÄTHERISCHE ÖLE  
HOMÖOPATHIE



4 197579 004808 03

WWW.BEAUTY-AESTHETIC.DE

# Wenn Frauen **SCHNARCHEN!**

NEUES PILLAR-VERFAHREN STOPPT SCHNARCHEN

TEXT: DR. BERND SCHUSTER



Es ist unweiblich, unsexy und einfach nur peinlich und für viele Frauen noch schlimmer als einen Schnarcher im Bett zu haben – wenn sie selbst schnarchen. Doch jeder Mensch schnarcht, das ist normal. Der Münchner Facharzt für HNO-Heilkunde, Spezialist für Plastische Operationen und HNO-Chirurgie Dr. Bernd Schuster ist für seine erfolgreichen Schnarchoperationen und insbesondere für das von ihm angewandte Pillar-Verfahren bekannt

### DAS PROBLEM

Schnarchen – früher lediglich als lästige Ruhestörung abgetan – gilt heute eine ernstzunehmende Schlafstörung. Es kann zu einem echten Problem werden, kommt es zu Atemaussetzern, die man obstruktive Schlafapnoe nennt. Ursachen können eine Verengung der oberen Atemwege, ein vergrößertes oder erschlafftes Gaumensegel, Polypen oder vergrößerte Mandeln, verstopfte Nasennebenhöhlen oder ein krumme Nasenscheidenwand sein. Schnarchen und nächtliche Aussetzer: Davon sind Schätzungen zufolge mehr als 50 Prozent aller Männer ab dem 40. Lebensjahr und mit zunehmendem Alter auch Frauen betroffen. Übergewicht oder Lebensgewohnheiten wie Rauchen und Alkoholgenuß können das Schnarchen weiter fördern. Betroffene schlafen weniger entspannt, haben kürzere und weniger Tiefschlafphasen, es kommt zu Sauerstoffmangel im Blut, das Herz-Kreislaufsystem kann sich nicht ausreichend regenerieren, der Körper steht permanent unter Stress, es steigt die Gefahr des erhöhten Blutdrucks und damit eines Schlaganfalls sowie von Herz- und Gefäßkrankheiten. Begleitet wird die Odyssee oftmals von nächtlichem Schwitzen und Albträumen. Tagsüber fühlt man sich müde und abgeschlagen, weniger leistungsfähig bis hin zu depressiv und gereizt. Die Geräuschbelastung im Schlafzimmer sowie die Folgeerscheinungen können die Partnerschaft extrem belasten. Diese weit verbreiteten Ursachen können mit minimal invasiven Methoden heute ausgezeichnet behandelt werden.

### DIE LÖSUNG

Am Anfang steht die genaue Diagnose, die eine spezielle Schlaf-Schnarch-Untersuchung beinhaltet, und die darauf individuell abgestimmte Therapieempfehlung. Besonders das aus den USA kommende Pillar-Verfahren basiert auf einer technologischen Neuheit und besteht darin, dem während des Schlafens flatternden weichen Gaumen Stabilität durch drei stützende Implantate zu geben. Unter örtlicher Betäubung werden diese kleinen „Pföstchen“ (=Pillars) in den weichen Gaumen eingesetzt. Insbesondere das hierfür verwendete Polyester-Fadenmaterial wird bereits seit Jahrzehnten problemlos bei Implantaten, z.B. Herzklappen, benutzt und führt zu keiner Fremdkörperreaktion im Gewebe. Das Prinzip basiert auf der Verminderung der Schwingungsfähigkeit des Gaumensegels und damit auf die Intensität des Schnarchens und kann sogar ganz zur Beseitigung führen. Eine Beeinträchtigung durch die Wundheilung besteht weitestgehend nicht.

### DIE BESONDERHEIT DIESER TECHNIK

Sie kann auch in Fällen mäßig ausgeprägter Apnoe-Phasen als optimale Alternative zur Maskenbeatmung eingesetzt werden. Beliebte ist dieses Verfahren auch aufgrund seiner geringen DownTime-Verursachung.

### WEITERE ANWENDUNGSVERFAHREN SIND:

- Die Radiofrequenz- oder Coblationschirurgie am weichen Gaumen – bei geringem Befund und reinem Schnarchen
- die Laserbehandlung des weichen Gaumens (LAUP) bei etwas ausgeprägterem Befund und deutlichem Schnarchen
- die Mandelentfernung mit Gaumensegelraffung (UPPP) bei ausgeprägtem Schnarchen
- die Zungenbeinverlagerung (Hyoidsuspension) in Fällen starken Schnarchens mit Sauerstoffmangel. Erholungszeit ca. drei bis fünf Tage, Kosten ab 1.500 Euro