

Schlafapnoe-Screening mit dem iDoc-Test



Wer morgens aufwacht und sich völlig zerschlagen fühlt, mittags nach dem Essen regelmäßig vor Müdigkeit zusammenklappt oder beim Lesen eines Buches im Sitzen unvermittelt einschläft, sollte sich ernsthaft mit dem Thema Tagesschläfrigkeit und der möglichen Ursache Schlafapnoe auseinandersetzen.

Stillstand kann tödlich sein



Das Schlafapnoe-Syndrom wird bei Menschen diagnostiziert, die mit Atemstillständen im Schlaf zu kämpfen haben und in den meisten Fällen nichts von diesem Problem wissen. Sie sind zwar tagsüber ständig unausgeschlafen und z. T. antriebsarm, gefährden sich und andere u. a. durch den besonders im Straßenverkehr für viele Unfälle verantwortlichen Sekundenschlaf, werden aber von ihrem Arzt nur in wenigen Fällen in Bezug auf die „Volkskrankheit“ Schlafapnoe behandelt. Eher werden bei diesen Patienten Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie Herzinsuffizienz, Herzinfarkt oder Vorhofflimmern, Diabetes, Schlaganfall, Depressionen oder Impotenz diagnostiziert und symptomatisch therapiert. Das eigentliche Krankheitsbild dahinter bleibt häufig unentdeckt.

Der Bundesverband Schlafapnoe Deutschland (BSD e.V.) beziffert das Betroffenenpotenzial in Deutschland auf 10 % der Männer mittleren Alters (40-60 Jahre) und 2 % der Frauen nach der Menopause.

Wenn Schnarcher zum Risiko werden

Wichtigster Indikator für die Schlafapnoe ist das Schnarchen. Das ist nicht per se gefährlich, sondern wird laut der Definition des Medizinischen Dienstes der Krankenkassen (MDK) erst ab dem Auftreten von durchschnittlich mindestens 10 Atemstillständen à 10 Sekunden oder mehr in einer Stunde und einem damit häufig verbundenen Abfall der Sauerstoffsättigung des Blutes von wenigstens 4 bis 5 Prozent als krankhaft bewertet.



In Potsdam wurde mit der Pre-Screening Methode iDoc-Test ein innovatives Verfahren entwickelt, mit dem jeder, der sich zur Risikogruppe zählt, z.B. Berufskraftfahrer, Schichtarbeiter oder Menschen mit Überwachungsaufgaben und Kontrollfunktionen, problemlos herausfinden kann, ob er betroffen ist. Das ersetzt in keinem Falle eine polysomnographische Befunderhebung in einem bei der Deutschen Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin (DGSM) akkreditierten Schlaflabor, kann aber einen ersten Hinweis auf Schlafapnoe liefern, dem anschließend in einer Schlafambulanz nachgegangen wird.

Diagnose mit Fingerspitzengefühl



Der iDoc-Test ist eine so genannte Einkanalmessung des Blutsauerstoffgehaltes, die man im eigenen Bett schlafend, schmerzfrei selber durchführen kann. Der Patient muss nur einen Infrarotlicht-Fingerling zur Pulsoximetrie, den die meisten bereits aus dem Krankenhaus kennen, über eine Fingerkuppe streifen und das über einen Schlauch verbundene digitale Messgerät per Klettverschluss am Handgelenk fixieren.

Ein Selbstversuch hat ergeben, dass der Schlaf durch die Messung nicht gestört wird, lediglich der permanente Druck der Sensorhülse auf den Finger wirkt etwas unangenehm. Der verfliegt am nächsten Morgen umgehend wieder und ist eine geringe Belastung im Gegensatz zu der ggf. lebensbedrohlichen Schlafapnoe.

Auch die schnelle Auswertung der Daten durch ein Schlafmedizinisches Zentrum und die Zusendung des Gutachtens per E-Mail entsprechen den Vorstellungen eines an Dienstleistung gewöhnten Kunden. Abhängig davon, ob man sich das Gerät in einer Apotheke mietet oder bei einem niedergelassenen Arzt als Teil der Diagnose verordnet bekommt, verursacht der iDoc-Test unterschiedliche Kosten. Zurzeit wird er nur von privaten Krankenkassen erstattet, während ihn ein gesetzlich versicherter Patient als IGeL (individuelle Gesundheitsleistung) bezahlen muss.

Schlafapnoe-Prävention als volkswirtschaftliche Spardose



Damit diese plausible Methode zur Früherkennung der so folgenschweren Krankheit bundesweit Anwendung findet, sind die zukünftigen Ziele für das iDoc Institut für Telemedizin und Gesundheitskommunikation klar umrissen. Der iDoc-Test sollte schnellstmöglich die Hürden der Kassenzulassung nehmen und allen Menschen in Deutschland über ein zuverlässiges Distributionssystem, das auch das deutschlandweite Netz der Sanitätshäuser sowie bundesweit agierende Homecare Provider einschließt, zur Verfügung stehen. Der unkomplizierte kostengünstige Zugang für den

Patienten und die schnelle valide Befundung sprechen für das telemedizinische Komplettsystem aus Brandenburg, das bereits 2007 für den Designpreis der Bundesrepublik Deutschland nominiert war. In Zeiten von Milliardenlöchern in den Budgets der gesetzlichen Krankenkassen müsste die Einführung von nachhaltigen Techniken eigentlich eine Selbstverständlichkeit sein.

Lesen Sie mehr über den „iDoc-Test“ in dem myQVH-Interview mit Frau Kujumdshieva-Böhning,

Geschäftsführerin des iDoc Institut für Telemedizin und Gesundheitskommunikation GmbH & Co. KG