
Subject: Schlafapnoe, Schnarchen Folgen
Posted by [REMOLAN](#) on Sun, 04 Sep 2022 17:54:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Servus allerseits,

mir ist da eine Frage aufgetaucht...Kann es sein, dass jemand mehrere Jahrzehnte lang jede Nacht schnarcht und sogar häufig Atemaussetzer von 15-30 Sekunden hat, ohne gesundheitlich große Folgen zu haben?

Mein Vater ist 87 und seit ich denken kann hat er dieses extreme Schnarchen. Habe das letztens mal genauer bei seinem Mittagsschlaf beobachtet, wo sich zwar der Brustkorb zum Atmen hebt, aber keine Luft durch kommt und auf einmal kommt dann so ein "CHRCK" Geräusch und danach kommt so ein angestregtes durch-den-Mund- Schnaufen. Das ganze wiederholt sich bei einem 40 Minuten Mittagsschlaf bis zu 5 Mal.

Jedoch ist er schlank, körperlich altersgemäß sehr gut beisammen, denkt sogar noch an Frauen/Sex und angeblich funktioniert da auch noch alles. Das einzige was er "hat" ist gutartige Prostatavergrößerung seit 25 Jahren und nächtlich öfter Harndrang. Allerdings bemerke ich, dass er seit letztem Jahr zunehmend tagsüber träge und senil wirkt, was die Jahre davor nie war. Seit der Impfung vermehrt, kann aber auch zufällig bzw an langsam beschleunigtem Alterungsprozess liegen...
Nur frage ich mich, ob es nicht unabhängig davon sinnvoll wäre, in so einem Fall dennoch die Apnoe-Problematik durch Vorrichtungen, Übungen, Liegeposition etc zu verbessern?

Ich bin erst 30 und merke, wenn ich mal nachts eine schlechtere Sauerstoffsättigung hatte, wache ich noch mehr ko auf als sonst...Kann mir nicht vorstellen, wie man das über Jahrzehnte gut wegsteckt.

Erfahrungen/Meinungen würden mich interessieren.
