

24 STUNDEN COTTBUS

Nachtschicht für einen erholsamen Schlaf

HEUTE: Zwischen 20 und 21 Uhr treffen die Patienten im Ambulanten Zentrum für Schlafmedizin ein



Die Stadt, die niemals schläft. Eigentlich trägt New York ja diesen Titel, aber auch in Cottbus passiert rund um die Uhr etwas - wird gearbeitet, gefeiert, gelernt. RUNDSCHAU-Redakteure haben sich aufgemacht, um 24 Stunden lang Cottbus zu entdecken. Herausgekommen sind 24 Geschichten - für jede Stunde des Tages eine. Heute haben wir von 20 bis 21 Uhr ein Schlaflabor besucht.

Von Nicole Nocon

Cottbus. Dass ihm seine Schlafprobleme Lebensqualität rauben, wusste Wolfgang Schmidt* schon länger. Doch als bei einer Autofahrt die Scheinwerfer eines entgegenkommenden Fahrzeugs direkt auf ihn zukamen, wurde ihm bewusst: Er war am Steuer eingeschlafen. „Das hat mir Angst gemacht. Mir war schlagartig klar: Es geht um Leben und Tod“, erinnert sich der heute 70-Jährige.

Wolfgang Schmidt wusste, dass er schnarcht. Und er spürte, dass ihn - obwohl er ausreichend schlief - tagsüber eine starke Müdigkeit quälte. Erst nachdem im Schlaflabor die Ursache seiner Probleme geklärt worden war, konnte ihm geholfen werden. „Das war im Jahr 1997. Damals habe ich meine erste Maske bekommen. Seither geht es mir wesentlich besser. Ich habe ganz viel

Lebensqualität zurückbekommen“, erzählt Wolfgang Schmidt.

Geholfen hat ihm Dr. Frank Käßner. Der Cottbuser ist Lungenarzt und Schlafmediziner. 1997 eröffnete er zusammen mit Dr. Heinrich in Groß Gaglow das erste zertifizierte ambulante Schlaflabor Deutschlands. Dr. Käßner erklärt: „Wie Wolfgang Schmidt leiden etwa fünf Prozent der erwachsenen Männer in Deutschland unter dem sogenannten Schlafapnoesyndrom. Frauen sind seltener betroffen. Das Schnarchen allein ist noch kein Problem. Von Schlafapnoe spricht man, wenn der Schlaf von mehr als zehn Atempausen in der Stunde unterbrochen wird. Wir haben Patienten, deren Atem bis zu 800-mal pro Nacht stillsteht, im Extremfall bis zu 100 Sekunden lang. Da der Körper mit Weckreizen auf den Sauerstoffmangel reagiert, wird der Schlaf nachhaltig gestört.“ Die Betroffenen können nicht mehr in den erholsamen Tiefschlaf fallen. In der Folge fühlen sie sich am Tage extrem müde und erschöpft. Das führt zu Problemen: Wer bei der Arbeit einschläft, kann seinen Job verlieren. Wer beim Autofahren einschläft, gefährdet sich und andere. Außerdem kann die Schlafapnoe schwere Herz-Kreislauf-Erkrankungen nach sich ziehen. Das Risiko, einen Herzinfarkt oder Schlaganfall zu erleiden, erhöht sich. Ursache für die Atemstillstände sei meist eine Fehlfunktion der Schlundmuskulatur, die bei den Patienten im Schlaf kollabiert und dadurch die Luftzufuhr drosselt. Abhilfe schafft eine spezielle Atemmaske, die die Betroffenen nachts mit Überdruck-Luft versorgt, die wiederum die Atemwege offenhält und somit die gefährlichen

Atempausen und die Sauerstoffabfälle im Blut verhindert.

Wolfgang Schmidt kann sich ein Leben ohne seine Maske gar nicht mehr vorstellen. Regelmäßig kommt er ins Schlaflabor von Dr. Käßner zur Nachkontrolle. So auch an diesem Tag. Es ist kurz nach 20 Uhr. Wolfgang Schmidt trifft im Schlaflabor ein. Im Gepäck: Schlafanzug, Zahnbürste und Atemmaske. Er ist einer von vier Patienten, die in dieser Nacht im Schlaflabor übernachten. Damit sind alle Plätze belegt. „Insgesamt verfügen meine Kollegen und ich in unseren Laboren in Cottbus, Luckau, Forst und Elsterwerda über 19 Schlafplätze. Trotzdem gibt es Wartezeiten von bis zu fünf Monaten. Der Bedarf ist riesig“, sagt Dr. Käßner. Obwohl jeder Patient ein Einzelzimmer bekommt, hat das Schlaflabor nicht viel mit einem Hotel gemeinsam. Die Einrichtung der Zimmer ist schlicht. Dafür gibt es jede Menge Technik. In einer Ecke ist eine Infrarotkamera montiert, die den Schlaf der Patienten aufzeichnet. Hinzu kommen Überwachungsgeräte, die zum Beispiel die Hirnströme, die Sauerstoffsättigung des Blutes, Herz-Kreislauf-Funktionen und die Schnarchgeräusche der Patienten messen. Letztere können bis zu 70 Dezibel laut werden. Das entspricht dem Geräusch eines Rasenmähers. „Insgesamt werden über 40 Parameter erfasst und ausgewertet“, erklärt Dr. Käßner.

Wolfgang Schmidt kennt das Prozedere schon. Geduldig lässt er sich von Schwester Isabel „verkabeln“, während Schwester Aileen am Empfang die Chipkarte einer eben eingetroffenen Patientin in den Computer einliest. „Es fällt mir nicht schwer, mit



Bevor Wolfgang Schmidt einschlafen darf, überprüft Schwester Isabel noch einmal, ob alle Überwachungsgeräte richtig angeschlossen sind.

dem Brustgurt und der Atemmaske einzuschlafen. Ihr Rauschen wirkt auf mich wie eine Schlaftablette“, versichert der ältere Herr. Kurz darauf geht das Licht in seinem Zimmer aus.

Die Lampen im Empfangszimmer werden bis zum Morgen brennen. Dort wird Schwester Aileen, die in dieser Nacht Dienst hat, die vier Computerbildschirme im Blick behalten, die die Messdaten der Schläfer anzeigen. Sechs Stunden müssen die Patienten in der Nacht mindestens schlafen, damit ausreichend aussagekräftige Daten zusammenkommen. Unterdessen wird Schwester Aileen die Zeit nicht lang. „Es gibt immer etwas zu tun. Deshalb fällt es mir nicht schwer, wach zu bleiben“, sagt die junge

Frau. Den versäumten Schlaf könne sie nachholen, wenn ihre Schicht morgens zur Frühstückzeit endet und auch die Patienten das Schlaflabor wieder verlassen haben. Damit das Praxisteam die Nachtschichten nicht ebenfalls mit Schlafstörungen bezahlt, wechseln sich die Schwestern ab. „Wenn der Schlafrythmus über lange Zeit gestört wird, kann sich das negativ auf die Gesundheit auswirken“, bestätigt Dr. Käßner.

Schlafstörungen werden nicht nur durch Atemstillstände wie bei Wolfgang Schmidt ausgelöst. „Es gibt ganz unterschiedliche Ursachen. Zu uns kommen auch Menschen mit Ein- und Durchschlafstörungen, Patienten mit unruhigen Beinen oder Schlafwandler“, sagt Dr. Käßner. Das

Hauptklientel stellen aber die Patienten mit Schlafapnoe. Ihnen könne, sobald die Diagnose steht, rasch geholfen werden. „In den meisten Fällen verhilft die Schlafmaske den Betroffenen wieder zu einem erholsamen Schlaf und einer besseren Gesundheit. Forschungsergebnisse zeigen, dass die Lebenserwartung der Patienten, deren Schlafapnoe erkannt und adäquat behandelt wird, im Durchschnitt um zehn Jahre steigt“, sagt Käßner.

*Name geändert

Im Internet:

Sie haben einen Serienteil verpasst oder wollen eine Geschichte noch einmal lesen? Kein Problem: www.lr-online.de/24stunden



Dr. Frank Käßner und Schwester Isabel in der Schaltzentrale des Labors.

Fotos (3): Carla Fischer/cfh1



Wolfgang Schmidt ist fertig „verkabelt“ für die Nacht.

AUS DEM RICHTSAAAL

Feuer am Haus und die Exfreundin flieht

Freispruch trotz Tatmotiv / Polizei erst sieben Stunden nach dem Brand informiert

Cottbus. 13 Monate nach einem Feuer am Haus seines Vaters ärgert sich ein 30-Jähriger vorm Cottbuser Amtsgericht über einen Fehler: Er hätte damals um 1.30 Uhr in der Nacht vom 3. zum 4. Dezember 2011 sofort die Polizei rufen müssen. Doch er war unsicher: Die Exfreundin seines Vaters eilte vom Grundstück weg. Zufall? Hatte sie das Feuer an der Terrassentür gelegt? Er wollte erst mit dem Vater, der außerhalb schlief, reden. Der konnte erst gegen 6.30 Uhr zurückrufen.

Die hintere Hauswand und die Terrassentür waren stark verrußt. Von den Gartenschuhen und einem Abtreter blieb nur ein schwarzer Klumpen. Die Fensterscheibe war in der Hitze gesprungen. 5000 Euro Schaden, den die Versicherung übernahm.

Zwei junge Passanten, die zum Tanz im UCI in Groß Gaglow unterwegs waren, hatten die Flammen im Wohnpark „Am Lausitzpark“ gesehen, Sturm an der

Haustür geklingelt und geklopft. Der Sohn des Hausbesitzers war wach. Einer der Männer half ihm beim Löschen. Der Zweite, aktiv in der freiwilligen Feuerwehr, sah eine Person wegstolpern, folgte ihr und stellte sie zur Rede.

Ramona B., angeklagt wegen schwerer Brandstiftung, schützelte am Donnerstag vorm Amtsgericht oft den Kopf. Ja, sie sei in jener Nacht am Doppelhaus ihres Exfreundes gewesen. Sie habe bei einer Feier vorher Alkohol getrunken, auf dem Nachhauseweg an die Vergangenheit gedacht und in sentimentaler Stimmung 15 Minuten im leeren Carport ihres Exfreundes gestanden. Aber das Feuer an der Terrasse habe sie nicht gelegt. „Ich habe nichts getan“, sagte sie. Als sie Stimmen hörte, habe sie nur schnell weggeholt. Die Beziehung, das betont der Hausherr, sei schön gewesen. „Aber Ramona hat kein gutes Haar an den Freundinnen meiner Söhne gelassen.“ Damit die Fami-

lie nicht zerbricht, trennte er sich nach anderthalb Jahren von Ramona B. Damit habe sie schlecht umgehen können.

Die Ermittlungsergebnisse zur Brandnacht sind dürrig. Nach 9 Uhr hatte der Vater am 4. Dezember die Polizei informiert und Ramona B. benannt. Ob die 53-Jährige Druckstellen oder Ruß an der Hand oder der Kleidung hatte und womit die Nichtraucherin das Feuer angezündet haben könnte, wurde nie ermittelt. Ein Brandbeschleuniger wurde jedenfalls nicht gefunden.

Amtsrichterin Marion Rauch blieb nichts anderes übrig, als die Angeklagte freizusprechen: „Sie hatte ein Motiv, aber es gibt zu viele Zufälligkeiten, Merkwürdigkeiten und ein großes Ermittlungsdefizit.“ Die Staatsanwaltschaft, die anderthalb Jahre Haft - ausgesetzt auf drei Jahre Bewährung - forderte, hat eine Woche Zeit, in Berufung oder Revision zu gehen. Annett Igel

Anzeige

Mosquito
sagt Danke!
-10 Jahre-

vom 28.01. – 23.02.2013

2 für 1

Sie zahlen das teurere Gericht und erhalten das zweite **gratis** dazu!

tägl. ab 10 Uhr | Reservierungen: 0355 – 2 88 90 444 | www.mosquito.biz