

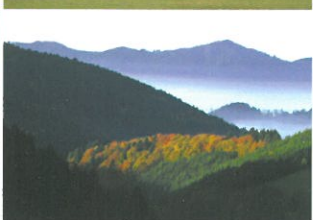
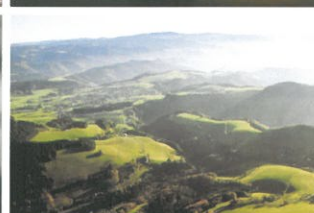
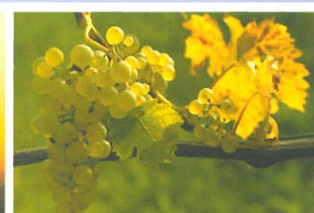
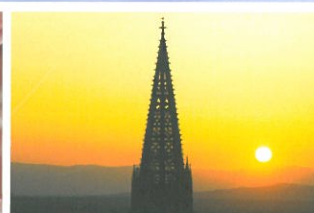
DEUTSCHE GESELLSCHAFT FÜR KIEFERORTHOPÄDIE

ABSTRACTBAND

■ **77.** Wissenschaftliche
Jahrestagung

■ **22.-26.**
September 2004

■ **Freiburg i. Br.**



Wirkungen der Therapie mit dem Face-Former auf Schnarchen und Schlafapnoe

K. BERNDSEN¹, S. BERNDSEN¹, S. KOPP², F. IFERT³

¹ISST Unna, ²Klinikum Jena, ³Praxis, Schweina

Fragestellung:

Erfolgsbewertung neurokoordinativer Trainingstherapie mit dem Face-Former bei Schnarchen und Schlafapnoe.

Material und Methode:

38 Probanden mit polysomnographisch gesichertem Schlafapnoesyndrom wurden über einen Trainingszeitraum mit dem Face-Former von 3 Monaten an insgesamt 6 Terminen untersucht und bewertet. Dabei musste täglich 4 x 8 Minuten nach exakter Anweisung geübt werden. Neben klinischer Untersuchung und subjektiver Bewertung wurden - systematisch - Lippenkraftmessungen vorgenommen. Zum Abschluss der 12-wöchigen Übungsphase und weitere 3 Monate danach wurde erneut polysomnographisch untersucht.

Ergebnisse:

Sowohl bei der Bewertung der Atmung, der Schnarchepisoden, der Atemaussetzer, der Dauer der Atemaussetzer als auch bei der Sauerstoffversorgung, der Lippenkraft und der Wahrnehmung des eigenen Empfindens konnten statistisch signifikante Veränderungen im Übungszeitraum belegt werden. Die Ergebnisse blieben auch bei der Kontrolluntersuchung nach 6 Monaten konstant positiv.

Schlussfolgerungen:

Neurophysiologisch orientiertes Training der Muskulatur mit dem Face-Former verbessert bei systematischer und konstanter Anwendung alle funktions-relevanten Parameter des Schlafapnoesyndroms. Das vorgestellte Verfahren empfiehlt sich - bei guter Compliance - als preisgünstiges und hoch effizientes Therapeutikum des Schlafapnoesyndroms.

Wirkungen der Therapie mit dem Face-Former® auf Schnarchen und Schlafapnoe

BERNDSEN, K.*; BERNDSEN, S.*; KOPP, S.**; IFERT, F.***

* ISST, Institut Stimm- und Sprachtherapie Unna, Wasserstr. 25, 59423 Unna

** Klinikum der Friedrich-Schiller-Universität Jena, An der Alten Post 4, D-07743 Jena
Poliklinik für Kieferorthopädie (Komm. Leiter: PD Dr. med. dent. habil. U. Langbein)

*** Cranio Clinic Bad Liebenstein, Rudolf-Breitscheid-Str. 8, D-36448 Schweina



ZIEL

(1) Darstellung des Effektes einer neurokoordinativen Trainingstherapie mit dem Face-Former® bei Patienten, die an Schnarchen und Schlafapnoe leiden.

(2) Eine kritische Bewertung der Ergebnisse konsequent durchgeführter und überwachter funktioneller Therapie bei Schnarchen und Schlafapnoe, die nicht nur auf die mimische bzw. Kaumuskulatur begrenzt ist.

MATERIAL & METHODEN

38 Probanden mit polysomnographisch gesichertem Schlafapnoesyndrom wurden über einen Trainingszeitraum von 3 Monaten mit dem Face-Former® an insgesamt 6 Terminen untersucht und bewertet. In die vorliegende Studie wurden die kompletten Datensätze von 30 Probanden einbezogen.

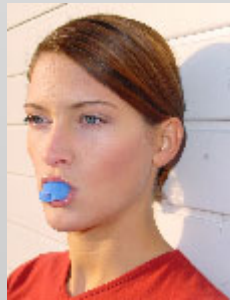
Von allen Probanden wurde gefordert, täglich 4 x 8 Minuten nach exakter Anweisung mit dem Face-Former® zu üben.

Neben klinischer Untersuchung und subjektiver Bewertung wurden - systematisch - Lippenkraftmessungen im Abstand von jeweils 3 Wochen vorgenommen. Zum Abschluss der 12-wöchigen Übungsphase und weitere 3 Monate danach wurde erneut polysomnographisch untersucht.

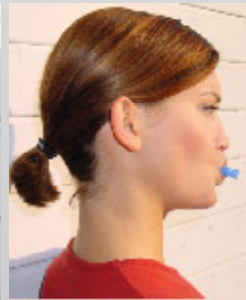
Katalog der Übungen & Ergebnisse



Face-Former®



Übung 1: Grundposition



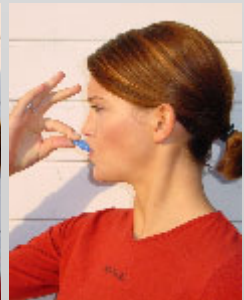
Übung 2: Einfaches Anspannen



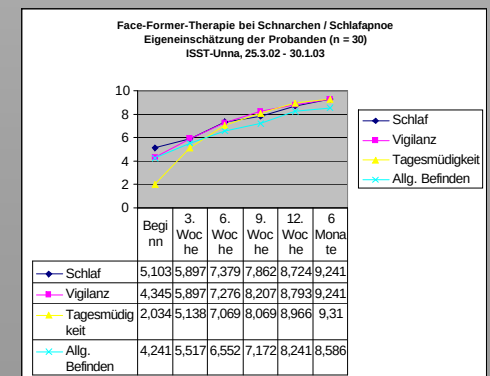
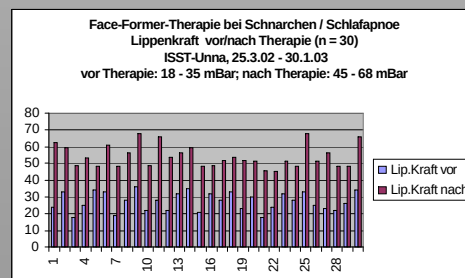
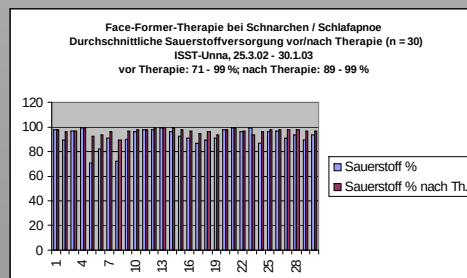
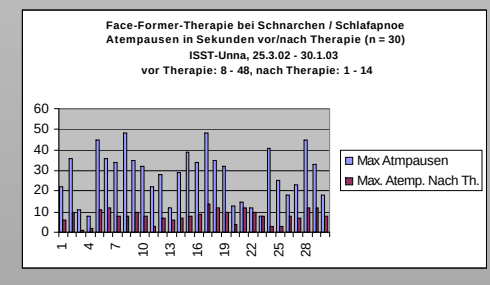
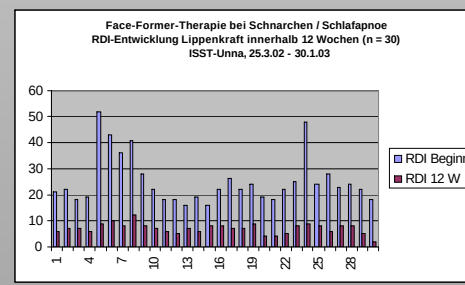
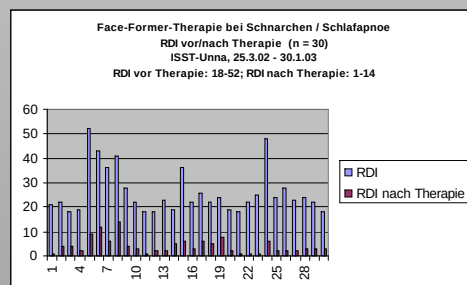
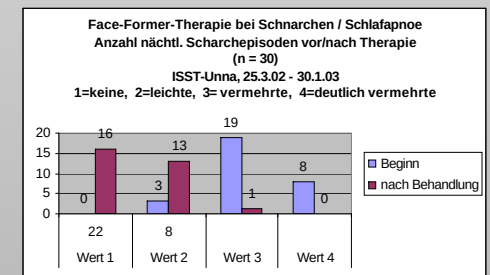
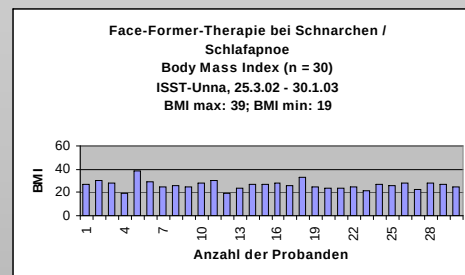
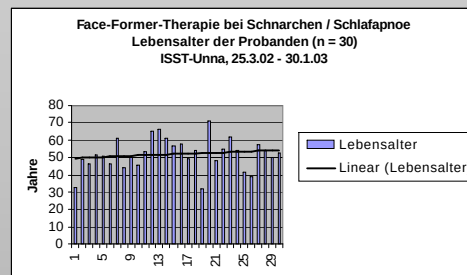
Übung 3: Zug nach vorne



Übung 4: Zug nach unten



Übung 5: Zug nach oben



ERGEBNISSE

Sowohl bei der Bewertung der Atmung, der Schnarchepisoden, der Atemaussetzer, der Dauer der Atemaussetzer als auch bei der Sauerstoffversorgung, der Lippenkraft und der Wahrnehmung des eigenen Empfindens konnten statistisch signifikante Veränderungen im Übungszeitraum belegt werden. Die Ergebnisse blieben auch bei der Kontrolluntersuchung nach 6 Monaten konstant positiv.

ZUSAMMENFASSUNG

Neurophysiologisch orientiertes Training der Muskulatur mit dem Face-Former® verbessert bei systematischer und konstanter Anwendung alle funktionsrelevanten Parameter des Schlafapnoesyndroms.

Das vorgestellte Verfahren empfiehlt sich bei guter Compliance als preisgünstiges und hoch effizientes Therapeutikum des Schnarchens und des Schlafapnoesyndroms.

Kontaktadresse

Dr. Klaus Berndsen

ISST, Institut für Sprach und Stimmtherapie Unna
Wasserstr. 25, D-59423 Unna

Tel.: ++49 2303 86888, Fax: ++49 2303 86886

email: info@akuphon.de