

Das Schlaflabor
Le laboratoire du sommeil



Member of

THE SWISS
LEADING
HOSPITALS

Best in class.

Das Schlafapnoe-Syndrom ist eine weit verbreitete Atemstörung, die unbehandelt schwere gesundheitliche Probleme verursachen kann. In der Schweiz sind rund 3 Prozent der Bevölkerung mittleren Alters davon betroffen – Männer häufiger als Frauen. Die Behandlungsmöglichkeiten sind gut, doch vorgängig ist eine eingehende ambulante Abklärung im Schlaflabor nötig.

Nächtliches Schnarchen, tagsüber unerklärliche Müdigkeit und die Tendenz zu plötzlichem Ein-nicken, oft auch Gedächtnis- und Konzentrationsstörungen – all diese Anzeichen können auf eine mögliche Schlafapnoe hinweisen. Darunter versteht man periodisch auftretende Atemaussetzer während des Schlafs, die bis zu 30 Sekunden oder sogar länger dauern können. Dadurch fällt der Sauerstoffgehalt im Blut ab, was meist zum Aufwachen führt. Bereits nach wenigen Sekunden schlafen die Betroffenen in der Regel wieder ein, ohne jedoch zum erholsamen Tiefschlaf zu finden.

Le syndrome des apnées du sommeil est un trouble respiratoire largement répandu qui, s'il n'est pas traité, peut causer de graves problèmes de santé. Il touche près de 3% de la population d'âge moyen en Suisse – et les hommes davantage que les femmes. Les possibilités de traitement sont bonnes, mais elles doivent être précédées d'investigations approfondies, menées en ambulatoire dans un laboratoire du sommeil.

Des ronflements nocturnes, une fatigue inexplicable et une tendance à s'assoupir subitement durant la journée, souvent aussi des troubles de la concentration et de la mémoire: tous ces symptômes peuvent faire suspecter une apnée du sommeil. Cette affection se caractérise par des pauses respiratoires répétées durant le sommeil, dont la durée peut être de 30 secondes, voire plus. Il en résulte une baisse momentanée d'oxygénation dans le sang, laquelle induit généralement une période d'éveil de quelques secondes, aussitôt suivie d'un réendormissement. Le sommeil est peu profond, donc peu réparateur.

Wenn nachts der Atem aussetzt...
S'arrêter de respirer pendant la nuit...



Verschiedenste Gefahren drohen

Die beschriebenen Symptome können gravierende Folgen haben, z.B. im Strassenverkehr und am Arbeitsplatz. Erwiesen ist auch ein erhöhtes Risiko für Bluthochdruck, eine der Hauptursachen für Rhythmusstörungen, Herzinfarkt und Hirnschlag. Da ist eine rasche Abklärung durch den Hausarzt angezeigt, der bei Bedarf eine Beobachtung im Schlaflabor veranlassen wird.

Ambulante Schlafuntersuchungen

Eine erste Abklärung wird in der Schlafsprechstunde vorgenommen. Ausgehend davon wird entschieden, ob weitere Untersuchungen im Schlaflabor erforderlich sind. Die völlig schmerzfreien Untersuchungen erfolgen ambulant, ohne jeglichen Eingriff. Sie stehen auch allgemein versicherten Patientinnen und Patienten offen. Die von den Fachärzten des Schlaflabors und der Pneumologie ausgewerteten Daten bilden die Grundlage für die weitere Behandlung einer Schlafapnoe oder anderer Schlafprobleme.

Das Schlaflabor für unsere Region

Das Schlaflabor der Klinik Linde ist das einzige in der Region Biel–Seeland–Solothurn. Es ist durch die Schweizerische Gesellschaft für Schlafforschung, Schlafmedizin und Chronobiologie (SGSSC) akkreditiert als eines von 26 Kompetenzzentren für Schlafmedizin in der Schweiz. Nach neusten Erkenntnissen der Schlafforschung und mit modernster technischer Infrastruktur werden hier Störungen des Schlaf- und Wachzustandes sowie alle im Schlaf auftretenden Störungen und Beschwerden (Schlafwandeln, Alpträume, Schnarchen usw.) abgeklärt. Das Untersuchungsspektrum reicht von der einfachen nächtlichen Sauerstoffmessung über die Messung von Schnarchgeräuschen, Atmung, Herzfrequenz und Körperbewegungen/-lage bis zur Polysomnographie mit integrierter Schlafanalyse (EEG) und Infrarot-Videoüberwachung. Zur Behandlung der Schlafapnoe werden mit gutem Erfolg CPAP-Geräte für die nächtliche Überdruckbeatmung eingesetzt. Hier arbeitet das Schlaflabor der Klinik Linde mit der Schweizerischen Lungenliga zusammen.

Das anerkannte Kompetenzzentrum

Das Schlaflabor wird von Dr. med. Urs Aebi (Biel) geleitet. Die Untersuchungen werden von ihm sowie von Dr. med. Bernhard Blum (Biel), Dr. med. Rolf Lindt (Lyss), Dr. med. Thomas Schmid (Solothurn) und Dr. med. Manfred Kaufmann (Solothurn) durchgeführt. Für die Technische Leitung des Schlaflabors sind die Elektrophysiologisch-technischen Assistentinnen Frau Daniela Biedermann und Frau Ursula Jäggi zuständig.

Des risques sérieux pour les sujets touchés

Ces symptômes peuvent avoir de graves conséquences pour les personnes concernées, ne serait-ce que lorsqu'elles se trouvent au travail ou au volant. L'apnée du sommeil va en outre souvent de pair avec l'hypertension artérielle, les troubles du rythme cardiaque, les infarctus du myocarde et les accidents vasculaires cérébraux. En présence de symptômes caractéristiques, il importe de consulter rapidement le médecin traitant qui, le cas échéant, enverra son patient en observation dans un laboratoire du sommeil.

Examen du sommeil en ambulatoire

Les premières investigations sont menées dans le cadre de la consultation du sommeil. Les informations recueillies permettront de décider de l'opportunité de procéder à une exploration plus poussée en laboratoire. Les analyses du sommeil sont absolument indolores et non invasives. Effectuées en ambulatoire, elles sont ouvertes à tous les patients, quelle que soit leur catégorie d'assurance. Les données recueillies sont évaluées par des médecins spécialisés en médecine du sommeil et en pneumologie. Elles servent de base pour le traitement de l'apnée ou d'autres troubles du sommeil.

Le laboratoire du sommeil de notre région

Seul du genre dans la région Bienne–Seeland–Soleure, le laboratoire du sommeil de la Clinique des Tilleuls est l'un des 26 centres suisses de médecine du sommeil accrédités par la Société Suisse de Recherche sur le Sommeil, de Médecine du Sommeil et de Chronobiologie (SSRSMSC). On y explore les dysfonctionnements de l'état de sommeil et de veille, ainsi que toutes les formes de perturbations qui interviennent durant le sommeil (somniaambulisme, cauchemars, ronflements, etc.) selon les techniques et connaissances les plus récentes de la recherche sur le sommeil. L'éventail des examens est vaste: observation et mesure de l'oxygénation, des ronflements, de la respiration, de la fréquence cardiaque, des mouvements et de la position du corps, polysomnographie avec analyse intégrée du sommeil (EEG) et vidéosurveillance par infrarouge. La ventilation par pression positive continue au moyen d'appareils CPAP permet d'obtenir de bons résultats dans le traitement de l'apnée du sommeil. Pour la mise en œuvre de cette technique, la Clinique des Tilleuls travaille en collaboration avec la Ligue Pulmonaire Suisse.

Un centre de compétences reconnu

Le laboratoire du sommeil est dirigé par M. Dr med. Urs Aebi. Les examens sont effectués par les Drs med. Urs Aebi (Bienne), Bernhard Blum (Bienne), Rolf Lindt (Lyss), Thomas Schmid (Soleure) et Manfred Kaufmann (Soleure). La gestion technique du laboratoire est assurée par Mmes Daniela Biedermann et Ursula Jäggi, assistantes techniques en électrophysiologie.



Klinik Linde AG Schlaflabor
Blumenrain 105 CH-2501 Biel
T 032 366 41 11 F 032 366 42 64
E-Mail info@kliniklinde.ch
www.kliniklinde.ch

24-Stunden-Permanence
für Notfälle der Klinik Linde
T 032 3664 112

Die Klinik Linde ist ab Hauptbahnhof
Biel erreichbar mit Bus Nr. 6
und verfügt über Parkplätze in
eigener Tiefgarage.

Clinique des Tilleuls SA Laboratoire du sommeil
Crêt des Fleurs 105 CH-2501 Bienne
T 032 366 41 11 F 032 366 42 64
E-Mail info@clinique-des-tilleuls.ch
www.clinique-des-tilleuls.ch

Permanence 24 heures sur 24 pour
les urgences de la Clinique des Tilleuls
T 032 3664 112

La clinique est accessible par bus no. 6
depuis la gare principale de Bienne.
Elle dispose de places de stationnement
dans son propre parking souterrain.

