

## Was ist Schnarchen?

Schnarchen ist Ausdruck einer Atemstörung, die entsteht, wenn sich Muskulatur und Zunge im Schlaf entspannen. Der Unterkiefer sinkt zurück, Zunge und Weichteile blockieren den hinteren Rachenbereich. Dabei verengt sich der natürliche Atemweg, die vorbeiströmende Atemluft bringt das Gewebe in Schwingung und verursacht so die Schnarchgeräusche.

Gefährlich wird es, wenn sich der Atemweg so stark verengt oder gar ganz verschließt, dass es zu Atembehinderungen oder Atemaussetzern kommt. Dann ist das Schnarchen ein Warnsignal für ein weit ernsteres medizinisches Problem, die sogenannte obstruktive Schlafapnoe.

## Was versteht man unter obstruktiver Schlafapnoe?

Obstruktive Schlafapnoe entsteht, wenn die Entspannung der Rachenmuskulatur und der Weichteile des Gaumens zu einer Blockierung der Atemzufuhr in die Lunge führt. Diese Blockade schneidet die Sauerstoffzufuhr ab und hält solange an, bis das Gehirn eine partielle Weckreaktion auslöst. Diese Weckreaktion führt zum Anstieg der Muskelspannung und damit verbunden zu einer Öffnung und Vorwärtsbewegung des Unterkiefers: Der Luftweg vergrößert sich und die Atemluft kann wieder ungehindert vorbeiströmen, bis es zum nächsten Verschluss kommt.

Für den Betroffenen kommt ein verhängnisvoller Kreislauf in Gang: Der für Körper und Geist wichtige, erholsame Tiefschlaf wird verhindert, stattdessen versetzt der Sauerstoffmangel den Körper in eine Stresssituation.

### Schlafapnoe kann folgende Auswirkungen haben:

- morgendliche Kopfschmerzen
- Tagesmüdigkeit
- Konzentrationsschwäche
- Depressionen
- chronische Schlafstörungen
- Beziehungsprobleme
- Impotenz
- Herzrhythmusstörungen
- Bluthochdruck
- Schlaganfall
- Herzinfarkt
- kürzere Lebenserwartung

[www.tap-schiene.de](http://www.tap-schiene.de)

**Fragen Sie Ihren Facharzt nach myTAP™, er berät Sie gerne.**

myTAP™



## Gesunder Schlaf ohne Schnarchen

Der erste Schritt zu einem gesunden und erholsamen Schlaf.



**SCHEU**  
SCHEUGROUP

DE 500/10/21 G REF PM0061.01



Manufactured by  
**AM AIRWAY**  
MANAGEMENT

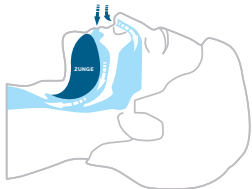
**SCHEU**  
SCHEUGROUP

## myTAP™ – für einen gesunden Schlaf.

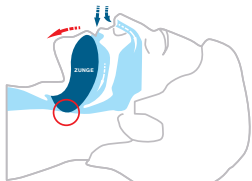
myTAP™ ist ein diagnostisches Testgerät für die Behandlung von Schnarchen und Schlafapnoe. Es basiert auf der TAP®-Schiene, einem wirkungsvollen oralen Schnarchtherapiegerät, und arbeitet nach demselben Prinzip: Es hält im Schlaf Ihren Unterkiefer in einer vorgelagerten Position und verhindert, dass die Zunge in den Rachenraum zurückfällt und die Atemwege verengt. Ihr Schlaf wird wieder gesund und erholsam – denn Schnarchen und Schlafapnoen werden verhindert.

## myTAP™

### öffnet verengte Atemwege



Normale Kieferposition



Entspannte Kieferposition, Zunge und Weichteile des Gaumens sinken zurück und blockieren die Atemwege



myTAP™ hält den Kiefer in einer vorderen Position und die Atemwege frei

## Wie funktioniert myTAP™?

Die Schienen des myTAP™ decken den gesamten oberen und unteren Zahnbogen ab. Ihr Facharzt passt Ihnen myTAP™ individuell in nur 15 Minuten an, ohne dass ein Abdruck genommen werden muss. Dazu werden die beiden Schienen für Ober- und Unterkiefer kurz in heißes Wasser gelegt und im weichen Zustand einzeln im Mund angepasst. Die Vorverlagerung des Unterkiefers, die sogenannte Protrusion, wird über die Verstelleinheit justiert und kann jederzeit angepasst werden. Ihre Atemwege öffnen sich umso mehr, je weiter Sie Ihren Unterkiefer nach vorn verlagern.



## Wie lange wird myTAP™ verwendet?

myTAP™ ist ein Testgerät, mit dem Ihr Facharzt prüfen kann, ob eine Unterkieferprotrusionsschiene in Ihrem Fall zur Schnarchtherapie geeignet ist. Sobald bestätigt wird, dass myTAP™ Ihr Schnarchen bzw. Ihre Schlafapnoen deutlich reduziert hat, sollten Sie sich in einem Schlaflabor eine individuell gefertigte TAP®-Schiene verordnen lassen. Diese ist im Gegensatz zu myTAP™ auch für einen längeren Einsatz geeignet, ohne an Festigkeit und Funktion zu verlieren.



### Vorteile von myTAP™:

- unkomplizierte und kostengünstige Anpassung beim Facharzt
- perfekter Sitz
- grazile Kunststoffkonstruktion ohne störende Metallteile
- volle seitliche Beweglichkeit der Kiefer
- stufenlose Verstellung der Protrusion möglich

### Die einzelnen Komponenten des myTAP™

