

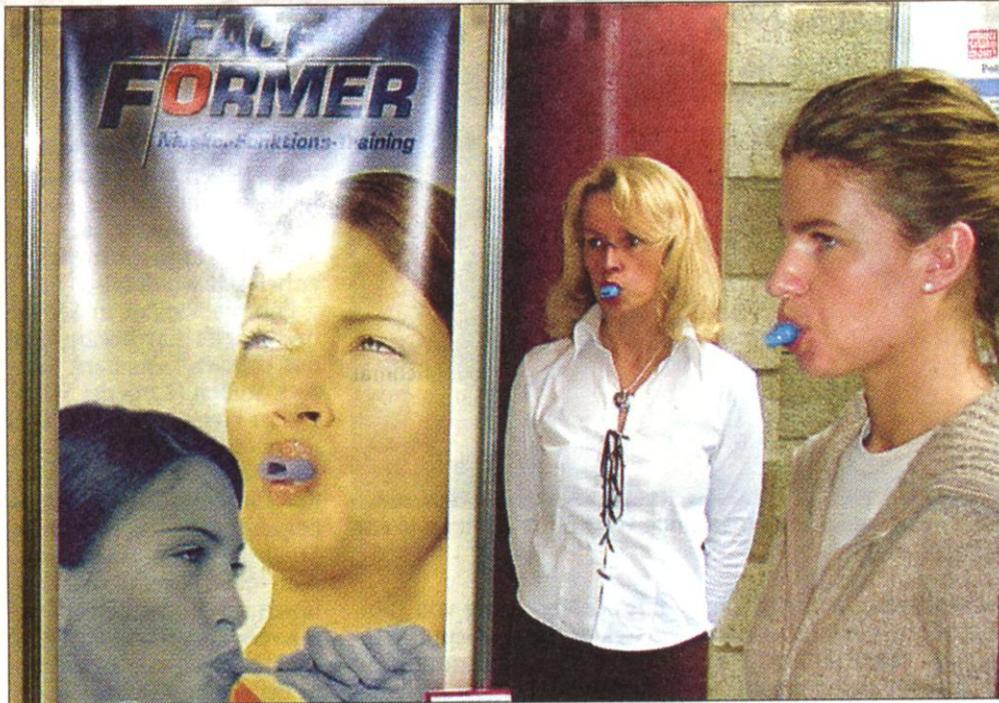
**40plus.**  
1. KOS EDICA

**Die Fachmesse für  
Fitness  
Wellness  
Gesundheit**

14,5,2004  
WAZ-Unna

**in der Stadthalle Unna**

## Der „Face Former“: Eine Muckibude fürs Gesicht



Bei der Messe wird die preiswerte und effektive Methode gegen das Schnarchen erläutert und vorgestellt.

Unna. Eine eigene „Muckibude“ für das Gesicht? Hört sich nach Aprilscherz an, ist es aber nicht. Das Fitnessstraining für die Gesichtsmuskeln gibt es wirklich – und das Beste daran ist: Die „Muckibude“ für das Gesicht ist super klein, passt in jede Handtasche, man kann jederzeit und überall trainieren und bezahlbar ist das Fitnessstraining auch noch. Face Former heißt dieses Fitnessgerät, und entwickelt haben es Sabine und Klaus Berndsen.

So alt wie die Welt ist es nicht, aber bestimmt fast so alt wie die Menschheit: Das Schnarchen entzweit Ehen, und das ist ein absolut internationales Phänomen. Grund genug dafür, dass sich eine in Unna entwickelte Erfolgstherapie gegen das Schnarchen nun tatsächlich global durchzusetzen scheint.

Anfang 2002 wurde der von Sabine und Dr. Klaus Berndsen als optimales Trainingsge-

rät entdeckte „Face-Former“ in einer wissenschaftlichen Studie auf seine Wirksamkeit hin überprüft. Mit einem auch für Fachleute frappierenden Ergebnis: Der zwischen die Lippen genommene „Face-Former“ führt tatsächlich bei regelmäßiger Anwendung (viermal täglich einige Minuten Training) dazu, dass die erschlaffte Muskulatur im Mund-Innenbereich wieder entscheidend zu Kräften kommt. Dies hilft den meisten Patienten dazu, nachhaltig vom lästigen und auf Dauer auch gefährlichen Schnarchen befreit zu werden.

Die Berichte über die in Unna entwickelte Therapie haben längst für internationales Aufsehen gesorgt. In Peru hat der Unnaer Muskelfunktionspezialist Dr. Klaus Berndsen bereits die Trainingsmethoden mit dem Face-Former vor Zahnmedizinern erläutert, gerade ist er aus Brasilien zurückgekehrt, wo er auf Einladung von Ärzten und Kran-

kenkassen ausführlich über das ebenso einfach funktionierende wie erfolgreiche Anti-Schnarch-Konzept informierte.

„Das ist wie ein Schneeball-System“, sagt Dr. Berndsen selbst. „Rund 200 000 Anwender weltweit“ setzten nach Einschätzung Berndsens schon im vergangenen Jahr auf die in Unna entwickelte Trainingsmethode.

In Deutschland allerdings würden immer noch wesentlich teurere Geräte zur Behandlung Schnarch-bedingter Schlafstörungen eingesetzt – die noch dazu nicht nachhaltig wirken. Der „Face-Former“ wird nicht von den Kassen bezahlt – „das ist aber auch gar nicht unbedingt unser Ziel“, betont Dr. Berndsen. Viel besser und richtungweisender für ein Zukunft fähiges Gesundheitssystem sei Eigeninitiative der Patienten. Eigeninitiative, die auch in einem regelmäßigen Training zum Ausdruck kommt.

### Fachwelt tagte in Unna

Unna. Schnarchen und Zähneknirschen sind ein internationales Problem. Und eine in Unna entwickelte Therapie kann Abhilfe schaffen.

Im Februar trafen sich hier gut zwei Dutzend Hals-Nasen-Ohren- und Zahnärzte, Kieferorthopäden und Kinderärzte aus Deutschland, Österreich, der Schweiz und den Niederlanden zu einer Tagung.

„Theorie und Praxis kraniomandibulärer Therapie“ lautete das Thema der dreitägigen Veranstaltung, in der Dr. Klaus Berndsen und seine Frau Sabine über ihre Konzepte und Behandlungsmethoden informierten.

### Training ist alles

Kraniomandibulär heißt „auf Kopf und Unterkiefer bezogen“. Der Ansatz der beiden mit ihrem „Institut für Sprach- und Stimmtherapie“ an der Wasserstraße beheimateten Therapeuten richtet sich also auf das Trainieren der Kopf-, Gesichts- und Kiefermuskulatur.

Dazu haben sie den Face Former entwickelt, ein aus speziellem Kunststoff gefertigtes Gerät, mit dem sich Schnarchen und Zähneknirschen, Zahnfehlstellungen sowie Kopf- und Nackenschmerzen therapieren lassen. Ihr Konzept ist mittlerweile so erfolgreich und bekannt, dass Klaus und Sabine Berndsen nicht nur daheim, sondern auch auf Einladung im Ausland gern gehörte Referenten sind.