

Rundschau für Unna

WESTFÄLISCHE RUNDSCHAU

Schnarcher: Die Meisten nie gestillt

Unna. (rgs) Stillen und Schnarchen stehen offenbar in einem kausalen Zusammenhang. Die Schlafforscher Dr. Klaus-Jürgen und Sabine Berndsen sind jedenfalls davon überzeugt.

Als allseits anerkannte Hauptursache für Schnarchen und nächtliche Atemaussetzer werden Erschlaffungen von Muskeln und Gewebe in

Mund und Rachen gesehen. Das Unnaer Forscher-Ehepaar geht davon aus, dass diese Probleme bereits in den ersten Lebensmonaten und -Jahren erworben werden. Deshalb führten sie von 2 000 bis 2 004 eine systematische Befragung bei 79 Frauen und 236 Männern (20 bis 50 Jahre) durch - allesamt wegen Schnarchens oder nächtlicher Atemaussetzer in medizi-

nischer Behandlung. „Das Ergebnis der Studie war verblüffend“, so Dr. Berndsen: 20 % gaben an, dass sie mindestens sechs Monate gestillt wurden, 21 % konnten keine zuverlässigen Angaben machen; 59 % wussten aber, dass sie sicher nicht gestillt wurden. „Aus den Ergebnissen lässt sich ableiten, dass versäumtes Stillen oder das intensive und lange Anwenden von Schnullern

dazu beitragen“, so Dr. Berndsen, „dass Menschen früher oder später schnarchen.“ Grund: Das Stillen an der Mutterbrust sei ein äußerst anstrengendes Training für den Apparat, der für alle wichtigen Funktionen wie Essen, Sprechen, Atmen usw. benötigt wird. Wird diese „Übungsphase“ ausgelassen, komme es zu falschen Bewegungsmustern.