

Damit der Atem nicht aussetzt

Helios Klinikum Hildesheim informiert über die **Volkskrankheit Schlafapnoe**

Hildesheim. Guter und erholsamer Schlaf ist eine zentrale Voraussetzung für Gesundheit und Wohlbefinden. Doch viele Menschen wachen morgens müde auf, fühlen sich dauerhaft erschöpft und ahnen nicht, dass nächtliche Atemaussetzer die Ursache sein können. Die obstruktive Schlafapnoe ist weit verbreitet, bleibt aber oft unentdeckt und wirkt sich spürbar auf Gesundheit, Konzentration und Lebensqualität aus. Um über Ursachen, Risiken und moderne Therapieoptionen zu informieren, lädt das Helios Klinikum Hildesheim am Donnerstag, 19. Februar 2026, von 18 bis 20.15 Uhr zu einer Informationsveranstaltung ein. Veranstaltungsort sind die Konferenzräume im Erdgeschoss des Klinikums.

„Schlafapnoe ist weit mehr als lästiges Schnarchen. Die Erkrankung beeinflusst sich nicht nur den Schlaf, sondern den gesamten Alltag. Konzentrationsprobleme, gesundheitliche Risiken wie ein erhöhtes Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes sowie ausgeprägte Tagesmüdig-

keit zählen zu den häufigen Auswirkungen“, erläutert Wolfram Meister, Chefarzt Thoraxonkologie und interventionelle Bronchologie. Dr. med. Michael Hamm, Chefarzt der Klinik für Pneumologie, Schlaf- und Beatmungsmedizin, ergänzt: „Bleibt die Schlafapnoe unbehandelt, steigt das Risiko für ernsthafte Begleiterkrankungen deutlich an. Umso wichtiger ist es, frühzeitig hinzuschauen und gemeinsam individuell passende Therapien zu finden“.

Im Mittelpunkt der Veranstaltung stehen individuelle Therapieoptionen, die auf die Bedürfnisse der Betroffenen zugeschnitten sind. Dabei werden sowohl bewährte als auch moderne Behandlungsmöglichkeiten vorgestellt. Außer der etablierten CPAP-Maskentherapie, die seit Jahren erfolgreich bei der Behandlung der obstruktiven Schlafapnoe eingesetzt wird, rückt auch die Hypoglossusstimulation, ein sogenannter Zungenschrittmacher, in den Fokus.

Diese innovative Therapie eröffnet insbesondere für diejenigen,



Experten in Sachen Schlafapnoe: Wolfram Meister, Chefarzt Thoraxonkologie und interventionelle Bronchologie, Dr. med. Michael Hamm, Chefarzt der Klinik für Pneumologie, Schlaf- und Beatmungsmedizin und Dr. med. Ingo Zimmermann, Oberarzt der Klinik für Hals-Nasen-Ohrenheilkunde am Helios Klinikum.

FOTO: HELIOS KLINIKUM / SABINA KORKMAZ

die mit der Maskentherapie nicht zurechtkommen, neue Perspektiven. Gezeigt wird, für welche Pa-

tientengruppen die Hypoglossusstimulation geeignet ist und wie sie zu einer spürbaren Verbesserung

von Schlafqualität und Lebensenergie beitragen kann. „Nicht jede Therapie passt zu jedem Menschen. Die Hypoglossusstimulation ist ein bedeutender Fortschritt in der Schlafmedizin“, sagt Dr. med. Ingo Zimmermann, Oberarzt der Klinik für Hals-Nasen-Ohrenheilkunde. „Sie kann für Patientinnen und Patienten, die mit der Maskentherapie nicht zurechtkommen, eine effektive und alltagstaugliche Lösung darstellen.“

Zu Gast ist der ehemalige Weltklasse-Zehnkämpfer Jürgen Hingsen, der über seinen Alltag mit einem Zungenschrittmacher und den Weg zurück zu erholsamem Schlaf berichtet. Seit der Implantation gehören nächtliche Atemaussetzer der Vergangenheit an: Er schläft wieder durch, ist tagsüber deutlich leistungsfähiger und hat spürbar an Lebensqualität gewonnen. Die Veranstaltung richtet sich gleichermaßen an Patientinnen und Patienten, Angehörige sowie Ärzte und Ärztinnen. Neben Fachvorträgen bleibt Zeit für Austausch und Fragen. Der Eintritt ist frei.

16.02.26 - 21.02.26 *

<p>RINDERZUNGE 1 kg 9.99</p> <p>SCHWEINEOBER-SCHALE 1 kg 5.99</p> <p>LACHSFORELLEN frisch, 1 kg 8.99</p> <p>Strömling - Hering ohne Kopf, unausgenommen, tiefgefroren Btl 1 kg 3.99</p>	<p>HACKFLEISCH VOM SCHWEIN 1 kg 3.69</p> <p>DICKE RIPPE VOM SCHWEIN 1 kg 4.99</p> <p>MARINIERTER HÄHNCHENSCHENKEL 1 kg 3.99</p> <p>Geräucherte Sprötchen in Pflanzenöl 160 g Dose, 1 kg = 11,19 1.79</p> <p>Geschmortes Schweinefleisch in Stücken "Tuschenka" 400 g Dose, 1 kg = 4,23 1.69</p>	<p>DICKE RIPPEN VOM SCHWEIN, mariniert 1 kg 5.99</p> <p>RINDER-HÜFTE 1 kg 17.99</p> <p>HÄHNCHENSCHENKEL, frisch 1 kg 2.99</p> <p>"MOJA SEMJA" Brotaufstrich mit Entenseparatorenfleisch oder Hähnchenseparatorenfleisch 160 g Dose, 1 kg = 5,94 0.95</p> <p>Gemüsezubereitung "Adschika" mild scharf 275 g Gl, 1 kg = 6,88 1.89</p>	<p>Teigtaschen "Wareniki" mit Kartoffelfüllung 500 g Pack, 1 kg = 3,50 1.75</p> <p>Buchweizen mit Dampf behandelt 800 g Pack, 1 kg = 1,82 1.45</p> <p>Teigtaschen mit Schweinefleisch- und Rindfleischfüllung, tiefgefroren "Pelmeni pod wodotschku Sastolnye" 1 kg Pack 4.49</p> <p>Geräucherte Brühwurst nach Art einer Krakauer "Monastyrskaja" 400 g St, 1 kg = 10,98 4.39</p> <p>Fleischwurst "Molotschnaja polukoptschonaja", geräuchert 500 g St, 1 kg = 7,78 3.89</p> <p>Gekochter Schweinebauch "Grudinka s tschesnokom Osobaja" mit Knoblauch, gepökelt 350 g Pack, 1 kg = 11,69 4.09</p> <p>Mürbekekse "Swadebnoe" / "Uzelki" / "Margaritki" 300 g Pack, 1 kg = 4,97 1.49</p> <p>Pressack nach Hausrezept "Salceson wieprzowy extra" 100 g, 1 kg = 8,90 0.89</p>
---	---	---	---

*Frische Fischware - Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung
*Geflügel frisch - Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung

Mix Markt 111, Inh. Olga Reichert
Krühgarten 79, 38228 Salzgitter

Mo - Fr: 09:00 - 19:00 Sa: 09:00 - 21:00 05341 - 2259420
www.mixmarkt.eu
Kostenlose Kundenhotline: 0800 - 325 325 325