

## Schlaf- und Lebensqualität 2020 PLUS!

### ■ Im Schlaf entwickeln sich die chronischen Krankheiten

Die automatische Erholung im und durch den Schlaf stellt sich nicht mehr ein. Der Schlaf ist gestört und bewirkt zusätzlich durch das Schnarchen und die Atempausen (Apnoen) eine Störung der nächtlichen Atmung. Das Fortschreiten der Erkrankungen erfolgt im Schlaf. „**Disease progression occurs during night.**“ Dadurch wird die Lebensqualität nachhaltig gestört und als Folge entwickeln sich chronische Herz-Kreislauf-Krankheiten, Übergewicht, Diabetes mellitus Typ II, Hochdruck, Depression, Herzrhythmusstörungen, Leistungsknick, Autounfälle, Tinnitus, erektile Dysfunktion (Libidostörung) usw.

### ■ Das Ziel

Schlaf- und Lebensqualität 2020 PLUS!

Lebendige Aufmerksamkeit, Leistung, Konzentration, Gedächtnis, Wachstum, Reifung und Sexualität und unsere sozialen und intellektuellen Entwicklungs-Potentiale sind abhängig von einem ungestörten gesunden Schlaf in ausreichender Länge.

### ■ Der Weg

Wir behandeln mit der Optimierung der Schlaf-Qualität u.a. dadurch auch ihren Hochdruck, Diabetes mellitus und verbessern ihre Lebensqualität. Zusammen mit Ihnen finden wir den besten Weg heraus und machen Sie wieder fit und leistungsfähig.

### ■ Ihr Erfolg

Eine bessere Zukunft mit einer optimalen Schlaf- und Lebensqualität. Im Schlaf entwickelt sich Ihre nachhaltige Gesundheit. Wir geben Ihnen Ihre Schlaf-Qualität wieder zurück, und Sie schlafen sich gesund, vital und leistungsfähig.

---

 PDF-Version zum Speichern, Drucken und Verschicken

© Copyright 2005 Jan Ryba Pneumologe Kontakt: +49(0)621 - 69 87 12 info@apnoe.net