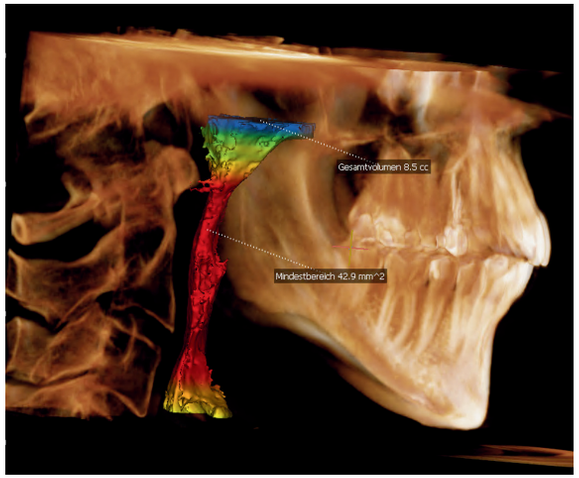


Oft übersehen. Stark nachgefragt.

Unsere Atemwege sind die zentrale Verbindung zwischen Außenwelt und Körper. Sie versorgen Lunge, Gehirn und alle Organe mit lebenswichtiger Luft.

Der natürliche und optimale Weg der Atmung führt über die Nase. Hier wird die Luft erwärmt, befeuchtet und mit wertvollem Stickstoffmonoxid angereichert, ein entscheidender Faktor für eine gesunde Atmung und einen erholsamen Schlaf.

Damit dies optimal funktioniert, müssen wir Tag und Nacht frei durch die Nase atmen können. Ist der Atemweg jedoch eingeengt, kommt es häufig zu Schnarchen oder sogar zu Atemaussetzern im Schlaf. Der Körper weicht dann oft auf die Mundatmung aus, mit negativen Auswirkungen auf Schlafqualität, Regeneration und allgemeines Wohlbefinden.

HABEN WIR IHR INTERESSE GEWECKT?

Für eine individuelle Untersuchung und erste Beratung bieten wir bieten wir einen Einstiegstermin an. Es entstehen Kosten von zirka 300- Euro. Für die weitere Behandlungsplanung erhalten Sie dann einen individuellen Kostenvoranschlag.

ERFAHREN SIE MEHR:

TERMINBUCHUNG

KONTAKT

040 - 433839

Dr. Müller I Dr. Bethge
Praxis für Zahnheilkunde
Johannisbollwerk 19, 20459 Hamburg

hamburg@open-airway.de

COPYRIGHT:
OPEN AIRWAY GMBH - JOHANNISBOLLWERK 19 - 20459 HAMBURG

Schläfst Du schon oder schnarchst Du noch?



Ihre Atmung steht im Mittelpunkt

Open Airway Hamburg

Kompetenz für Schlaf & Atmung

Kompetenz für ruhigen Schlaf & Atmung:

Liebe Patienten

eine gesunde Funktion von Mundraum und Atemwegen sowie eine physiologisch richtige Atmung sind entscheidend für Schlaf und Wohlbefinden, Leistungsfähigkeit und langfristige Gesundheit. Schnarchen ist nicht physiologisch und beeinträchtigt die gesunde Funktion.

Die Folgen für den Körper sind schwerwiegend. Im Team und gemeinsam mit Ihnen zeigen wir Ihnen Wege, die Funktionen wieder ins Gleichgewicht zu bringen, für eine bessere Atmung, erholsamen Schlaf und mehr Lebensqualität im Alltag.

Unser interdisziplinäres Expertenteam vereint Spezialisten u.a. aus den Bereichen Zahnmedizin, Kieferorthopädie, HNO, Osteopathie, Orthopädie, Atemtraining. Durch die enge Zusammenarbeit verschiedener Fachrichtungen stellen wir sicher, dass Sie die bestmögliche Versorgung erhalten.

Ihr
Open Airway Team Hamburg

Müller Bethge
Praxis für Zahnheilkunde

HNO PRAXIS NEUER WALL

JÖRG HÜGEL
HEILPRAKTIKER

WARUM IST GUT SCHLAFEN SO ENTSCHEIDEND?

Warum Schnarchen mehr als nur ein Geräusch ist:

Schnarchen entsteht häufig dann, wenn die Atemwege während des Schlafs eingeengt sind und die Luft nicht ungehindert fließen kann. Eine eingeschränkte Nasenatmung kann dazu führen, dass der Körper auf Mundatmung ausweicht.

Eine stabile Nasenatmung ist essenziell für:
- ruhigen und tiefen Schlaf,
- die Erholung des Gehirns,
- Leistungsfähigkeit am Tag sowie eine
- langfristige Gesundheit.

Unser Ansatz

Wir betrachten Schnarchen nicht isoliert, sondern als Ausdruck einer funktionellen Störung. Ziel ist es, die Ursachen zu erkennen und die Atmung nachhaltig zu verbessern – für mehr Ruhe in der Nacht und mehr Energie am Tag.

Einfluss von Gewicht auf die Atmung:

Zusätzliche Fettgewebe im Bereich von Hals und Rachen können die Atemwege verengen und den Luftstrom während des Schlafs behindern. Dies erhöht die Wahrscheinlichkeit für Schnarchen und kann das Risiko für Atemaussetzer deutlich steigern.

Bereits eine moderate Gewichtsreduktion kann sich positiv auf die Atmung und die Schlafqualität auswirken.



GEMEINSAM ZUM ZIEL

Was erwartet Sie?

Nachhaltige Veränderung braucht Zeit. Manche Behandlungen erfordern Geduld und aktive Mitarbeit und es ist ganz normal, dass die Motivation zwischendurch schwankt.

Wir begleiten Sie auf diesem Weg, mit unserer Erfahrung, Verständnis und einem klaren Ziel vor Augen: mehr Lebensqualität durch gesunde Funktion.