

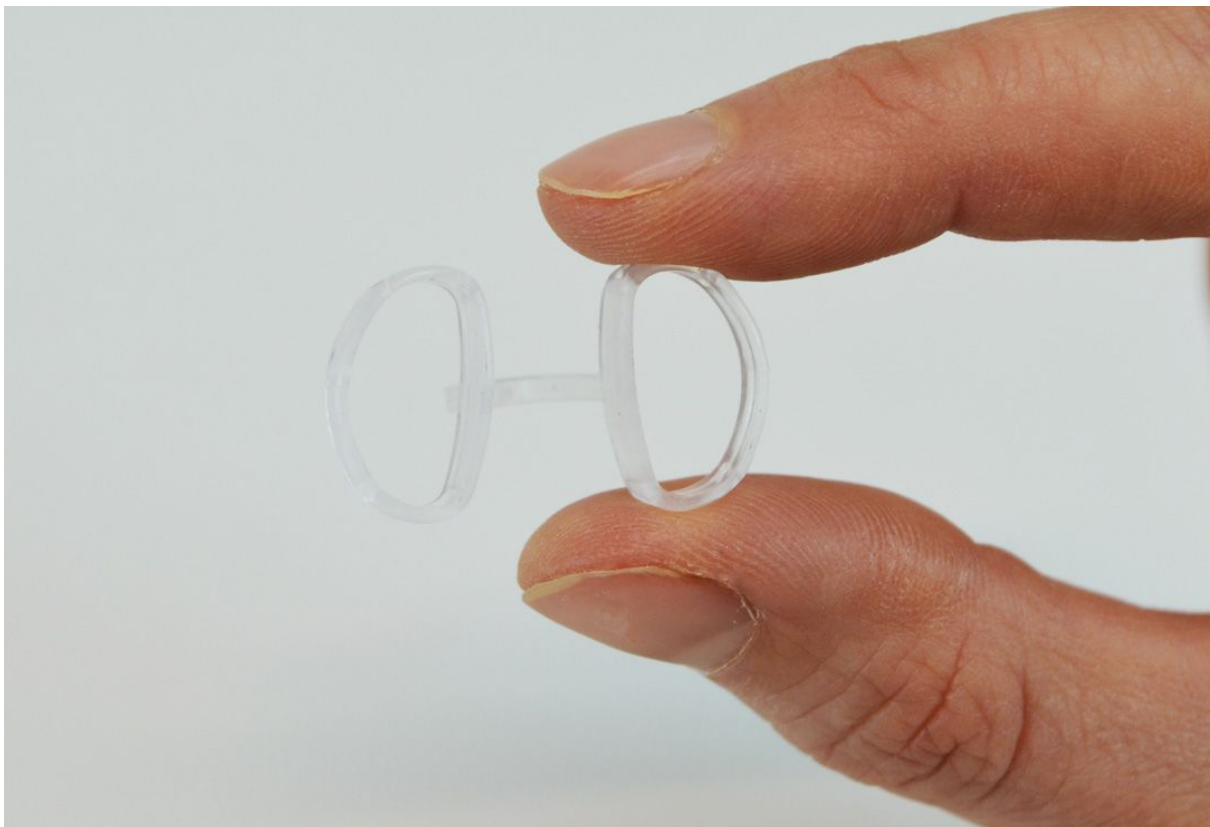
Megavent hilft gegen Schnarchen

Wie entsteht aber nun das Schnarchen? Warum schnarchen manche Menschen sogar sehr und andere überhaupt nicht?

Allgemein ist es so, dass mehr Männer als Frauen schnarchen und die Wahrscheinlichkeit mit dem Alter zunimmt. Das unerwünschte Geräusch entsteht aufgrund eines einfachen physikalischen Vorgangs. Während des Schlafs entspannen sich die Muskeln, sodass der Kiefer, die Zunge und auch bestimmte andere weiche Gewebe im Nasen- oder Mundraum erschlaffen oder sogar in den Rachen zurückfallen. Dadurch verengt sich der Kanal für die einströmende Luft erheblich. Übergewicht und dadurch auch eine Fettablagerung im Rachenraum können dieses Phänomen zum Beispiel begünstigen. Aber auch viele andere Faktoren spielen mit hinein. So wurde unter anderem beobachtet, dass Alkoholkonsum selbst ca. 3 Stunden vor dem Einschlafen oder die Einnahme von Schlafmitteln das Schnarchen begünstigen.

Ein beträchtlicher Nebeneffekt des Schnarchens ist - abgesehen vom Geräuschpegel - die Beeinträchtigung der Luft- und damit auch der Sauerstoffzufuhr in den Körper. Dieser Vorgang und letztlich der Sauerstoffmangel lassen uns schwerer atmen, der Körper muss sozusagen nach Luft ringen und bemüht sich dabei verschiedener Mittel, wie zum Beispiel der Atmung durch den Mund, wenn die Nase blockiert ist. Im Ernstfall kommt es bei Fällen wie Schlafapnoe auch zur Einschaltung des Gehirns, das für eine sogenannte „Arousal“-Reaktion sorgt: wir wachen mehr oder weniger bewusst auf und aktivieren so wieder die normale Muskelanspannung, die für freies Atmen sorgt. Selbst wenn manche Betroffene sich selbst beim Schnarchen nicht hören können, bemerken sie als Folge einen trockenen Mund, Heiserkeit oder sogar Halsschmerzen.

Dass es zum Schnarchen kommt, liegt aber nicht nur an der Verengung des Luftkanals. Es können mehrere Faktoren zusammenkommen. Bei manchen Menschen sind einfach die Mandeln oder der Gaumen stärker ausgeprägt, Übergewicht kann ebenfalls einer der Faktoren sein. Oder es kommt vorübergehend zur Entstehung von Schnarchgeräuschen durch eine Allergiephase oder Verschnupfung. Auch Alkohol, Schlaf- und Beruhigungsmittel oder Rauchen sind als begünstigende Faktoren bekannt. Ferner gibt es auch Ursachen wie eine Nasenscheidewandverkrümmung oder gar eine Nasennebenhöhlenentzündung.



Megavent: Klein aber effektiv

Auch wurde beobachtet, dass die Rückenlage verstärkt zum Schnarchen beiträgt, wobei die Höhe und Art des Kopfkissens ebenfalls eine Rolle spielen können. Durch eine Berücksichtigung dieser Faktoren und eine eigene

versuchsweise Veränderung der Umstände können Sie selbst feststellen, ob sich das Problem daraufhin verringert oder gar lösen lässt. Hilft irgendwie alles nichts, kann die Ursache auch an der Wurzel gepackt werden, d.h. der Luftkanal auf eine künstliche Weise erweitert werden. Dazu bietet die Medizin sogar einige operative Möglichkeiten. Es muss aber nicht gleich so drastisch eingegriffen werden. Dank jüngster Forschungen und Entwicklungen gibt es auch sehr viel sanftere Möglichkeiten.

Erfolgreiche Methoden setzen im Allgemeinen bei der Öffnung des Luftkanals an. Dadurch wird der freie Luftzugang, der aufgrund der Muskelentspannung verhindert ist, wieder hergestellt und somit auch das Schnarchgeräusch reduziert. Dabei helfen zwei Möglichkeiten: die Öffnung des Luftkanals im Nasenraum oder die Öffnung im Mundraum. Da die Ursache für das Schnarchen zumeist in der Nase besteht und sich dann in den Mundraum fortsetzt, ist eine Erweiterung der Luftwege in der Nase ein erster Schritt zur Begünstigung des Luftstroms und damit zu einer leichteren Atmung. So kommt es auch zu weniger Wirbelungen und Vibrationen, die weichen Gewebeteile flattern weniger und damit entstehen auch weniger Schnarchgeräusche. Da das Problem einen beträchtlichen Teil der Bevölkerung betrifft, haben sich Forschung und Medizin der Lösungsmöglichkeiten angenommen. So wurde zum Beispiel ein spezielles Nasenpflaster in Umlauf gebracht, das für eine Erweiterung des Luftkanals sorgen soll. Es sieht aus wie ein Heftpflaster mit abgerundeten Ecken, das auf dem Nasenrücken, nahe an den Nasenflügeln aufgeklebt wird. Eine verstärkte Kunststoffschicht oder eine Art Metallbügel sorgen für eine leichte Anhebung der Nasenflügel und damit für einen breiteren Luftkanal. Für viele haben Nasenpflaster aber den Nachteil, dass sie sich durch die Schweissabsonderung an der Nase oder einen leichten Fettfilm wieder von der Haut lösen. So bieten sie nur kurzfristig eine Erleichterung, aber am Morgen hängen sie womöglich nur noch einseitig halb auf der Nase. Im anderen Extremfall lassen sie sich am Morgen nur schwer und schmerzhaft von der Nasenhaut lösen und hinterlassen für einige Zeit einen Abdruck oder Hautirritationen.

Eine vergleichsweise absolut nebenwirkungsfreie und einfache Möglichkeit ist die Verwendung eines Nasen-Dilators. Diese kleine Vorrichtung gibt es zum Beispiel unter der Bezeichnung MegaVent vom schwedischen Hersteller Adactive. Das Konzept des MegaVent Nasen-Dilators basiert auf bereits bestehenden Dilatoren, wurde aber vom Hersteller - der übrigens selbst vom Problem des Schnarchens betroffen war - verfeinert. So ist für den neuen, innovativen Nasen-Dilator MegaVent bezeichnend, dass er nicht nur weich und besonders komfortabel zu tragen ist. Sie können auch in nur wenigen Sekunden seine Form ändern, sodass er besser sitzt und in ihrer Nase bleibt, ohne herauszufallen oder weh zu tun. Wenn zum Beispiel die Nase gebrochen ist, bevorzugen Betroffene oft ein Einlegeteil, das etwas weiter eingestellt ist. Gerade diese feinen Anpassungen sind mit MegaVent möglich, dessen Konzept patentrechtlich geschützt und dessen Wirkung klinisch bestätigt sind.

Der MegaVent Nasen-Dilator ist ganz frei von federartigen Funktionen, die zu einer Verletzung der empfindlichen Naseninnenwände führen könnten. Dadurch wird auch ein Herausspringen während der Nacht verhindert. Die eigentliche Form kann wuchtiger ausgestaltet werden, sodass der Dilator sicher und perfekt in Ihrer Nasenhöhle sitzt.

Er ist auch ganz frei von Klebemitteln, die die Haut verletzen oder irritieren könnten. Der Dilator hat eine lange Lebensdauer, so reduzieren sich die Kosten pro Nacht auf ein Minimum im Vergleich zu Nasensprays oder Nasenpflastern.

Auch wenn der Hersteller sich selbst und die Wirkung seiner Produkte hinsichtlich des eigenen Schnarchproblems als einen Maßstab für die Entwicklung und Verfeinerung der Anti-Schnarchmittel herangezogen hat - Tests sagen mehr aus. Und so kam es zu einem überzeugenden Ergebnis. Mit insgesamt rund 4000 Personen durchgeführte Tests machen es deutlich: 75% bevorzugen MegaVent gegenüber anderen

führenden Nasen-Dilatoren, 74% bevorzugen MegaVent gegenüber Nasenpflastern. 80% sind vom Komfort des MegaVent Nasen-Dilators überzeugt und 54% schnarchen dank MegaVent überhaupt nicht mehr.

Zu den Vorzügen des MegaVent Nasen-Dilators zählt, dass dieses kleine, praktische Mittel die ganze Nacht über gut in der Nase sitzt. Auch ist es absolut frei von Klebemitteln, Sie müssen also Ihre Nase nicht aufwendig reinigen, bevor Sie den Dilator anwenden. Zudem leidet Ihre Nasenhaut nicht mehr durch Irritationen oder Abreibungen aufgrund eines Klebestreifens. MegaVent ist sofort einsatzbereit, es ist auch kaum sichtbar und vor allem individuell anpassbar. Schlafen Sie also unbedenklich ein, ohne ein Gefühl von Irritation, verhelfen Sie Ihrer Atmung zu einer Erleichterung und sehen Sie selbst. Möglicherweise merken Sie sofort einen Unterschied: Sie wachen Sie am nächsten Tag endlich einmal so richtig frisch gestärkt auf, ihr Partner ist nicht mehr gereizt, sondern rundum zufrieden und das alles dank diesem Anti-Schnarchmittel, das auf einfache Weise für einen freien Luftstrom sorgt.

Sollte das Schnarchproblem damit aber noch nicht behoben sein, hilft als zweiter Schritt die Erweiterung der Luftwege im Mundraum. Dazu kann das ReduZnore Mundstück des gleichen schwedischen Herstellers Aactive helfen. Beide Innovationen basieren auf Entwicklungen, die sich im Bereich der Anti-Schnarch-Forschung seit Jahren etabliert haben und deren Wirkung klinisch bestätigt ist. Aactive hat aber eigene Forschungen zur noch komfortableren, einfacheren und effektiveren Wirkung dieser Anti-Schnarch-Mittel aufgewendet und diese Innovationen durch internationale Patente schützen lassen. Das ReduZnore Mundstück zum Beispiel basiert auf der Basis von Protrusionsschienen, die normalerweise vom Zahnarzt in Zusammenarbeit mit dem Schlafmediziner eigens für den Betroffenen entwickelt werden. Das Anti-Schnarch-Mundstück ReduZnore ist aber eine innovative neue Entwicklung. Es sorgt auf einfache und sichere Weise

dafür, dass sich Ihr Unterkiefer im Schlaf nicht verlagert. Es kann daher auch gegen Schlafapnoe eingesetzt werden.

Sollten sich also verschiedene Experimente mit anderen Kopfkissen, Anti-Allergie-Bettbezügen, kein Alkoholgenuss vor dem Schlafengehen oder Nasenpflaster als wirkungslos erweisen, ist das noch kein Grund, aufzugeben. Die Tests mit dem Nasen-Dilator MegaVent belegen den hohen Prozentsatz an Chancen, dass sie damit das Schnarchen endgültig los werden. Schon ein kleiner Schritt kann dabei viel ausmachen. Erholsamer Schlaf wirkt sich einfach rundherum spürbar aus: auf Ihre Konzentrationsfähigkeit tagsüber, auf ihre seelische und körperliche Verfassung und nicht zuletzt ist damit möglicherweise ein großer Problemfaktor in der Beziehung mit ihrem Partner beseitigt. Im Vergleich zu anderen Anti-Schnarchmitteln zeichnet sich der Nasen-Dilator MegaVent auch durch ein hervorragendes Preis-Leistungsverhältnis aus. MegaVent wurde in drei verschiedenen Größen entwickelt: klein, mittel und groß, wobei fünf Stück in jeder Verpackung enthalten sind. Das Qualitätsprodukt kennzeichnet außerdem eine gute Haltbarkeit, und es kann bei richtiger Anwendung und Pflege mehrere Wochen lang eingesetzt werden. Wie ermitteln Sie die richtige Größe für Ihre Nase? Passen Daumen oder Zeigefinger in Ihr Nasenloch, wählen Sie „groß“, andernfalls „mittel“, sollte selbst der kleine Finger kaum hineinpassen, wählen Sie „klein“.

Zur Behebung eines so Ärgernisses wie dem Schnarchen, das sich wie ein hartnäckiges Schlafproblem rasch zu einem beträchtlichen Problem anwachsen kann, genügt also vielleicht schon dieser kleine Schritt. Die Mittel sind leicht erhältlich, die Erfolgsergebnisse bestätigen die Wirkung - worauf also noch warten? Ihr eigener gesunder Schlaf und der ihres Partners oder Angehörigen sollten diesen Schritt Wert sein.

[Megavent Nasendilator](#)