

## Krankheitsbild

Weichgaumenstraffung und  
Entfernung der Gaumenmandeln  
(Uvulopalatopharyngoplastik; UPPP)

Informationen der SGORL  
für Patientinnen und Patienten

## Allgemeine Information

Die UPPP ist die am häufigsten durchgeführte Operation bei obstruktiver Schlafapnoe (nächtlichen Atemaussetzern). Dabei wird der Weichgaumen gestrafft und, sofern Gaumenmandeln noch vorhanden sind, werden diese entfernt.

## Typische Symptome

Die obstruktive Schlafapnoe (nächtliche Atemaussetzer) führt zu unregelmässigem Schnarchen mit Atempausen, vermehrter Tagesmüdigkeit, morgendlichen Kopfschmerzen und dem Gefühl morgens nicht ausgeschlafen zu sein. Die Folgen sind ein erhöhtes Risiko für Herzkreislaufkrankheiten wie hohen Blutdruck, Schlaganfall oder Herzinfarkt. Die vermehrte Tagesschläfrigkeit führt zu gehäuften Unfällen wegen Sekundenschlaf am Steuer.



## Diagnostik

Nächtliche Sauerstoffmessung (Pulsoximetrie, respiratorische Polygrafie zu Hause oder Polysomnographie im Schlaflabor)

## Behandlungsmethoden

Als weitere Behandlungsmethoden kommen infrage:

- Gewichtsabnahme
- Vermeidung von Alkohol
- Nächtliche Überdruckbeatmung mit CPAP-Masken
- Unterkieferprotrusionsschienen
- Lagetherapie (Vermeidung der Rückenlage), wenn die Atemaussetzer nur in Rückenlage vorkommen.

Eine UPPP sinnvoll, wenn grosse Gaumenmandeln das Haupthindernis darstellen bei der Verlegung des oberen Atemweges in der Nacht. Je grösser die Gaumenmandeln sind, umso besser ist der Erfolg der Operation.

Die Behandlung von obstruktiver Schlafapnoe wird von der Krankenkasse übernommen.



Abb: Grosse Gaumenmandeln, welche die Atmung nachts behindern und zu Atemaussetzern führen (Quelle: Prof. K. Tschopp)