

---

Herzliche Einladung zum Mittwochsvortrag

11. Dezember 2024 / 19:30 Uhr

## *Schnarcher-Therapie*

*mit ganzheitlichen Ansätzen*



Schnarchen und Schlafapnoe sind Volkskrankheiten, die etwa 30-50% der Erwachsenen betreffen. Studien zeigen, dass Schlafapnoe mit schwerwiegenden Folgeerkrankungen wie **Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Problemen, Diabetes** und **chronischer Tagesmüdigkeit** verbunden ist.

In diesem Vortrag zeigt Ihnen **Dr. med. dent. Stefanie Morlok** moderne und ganzheitliche Ansätze der zahnmedizinischen Schnarch-Therapie. Es werden verschiedene bewährte Behandlungsmethoden aufgezeigt und vorgestellt. Diese Ansätze kombinieren effektive mechanische Lösungen mit einem Focus auf individuelle Bedürfnisse, Atemtraining und gesundheitsfördernden Lebensstiländerungen. Der Vortrag vermittelt auch praktische Hilfestellung zur Verbesserung der Schlafqualität.

### Organisatorisches

Datum	Mittwoch 11. Dezember 2024
Zeit	Beginn 19:30h – nach der Werkstattführung
Sprecher	Dr. med. dent. Stefanie Morlok MSc. Kfo
Ort	Gesundheitszentrum Abtwil - Academy
Kosten	Für Teilnehmer kostenlos, inkl. Apéro
Anmeldung	JA - <a href="mailto:academy@gzabtwil.ch">academy@gzabtwil.ch</a> oder 071 230 07 07
Auskunft	Philipp Alpiger



*GZ Abtwil - Die Schatzkammer für Ihre Gesundheit*