

Die Alwasleep-Schlafschiene ist im Gegensatz zu bisherigen Produkten ein- statt zweiteilig; Zahnärztin Martina Briedé begutachtet in ihrer Praxis in Zürich ein gescanntes Gebiss.

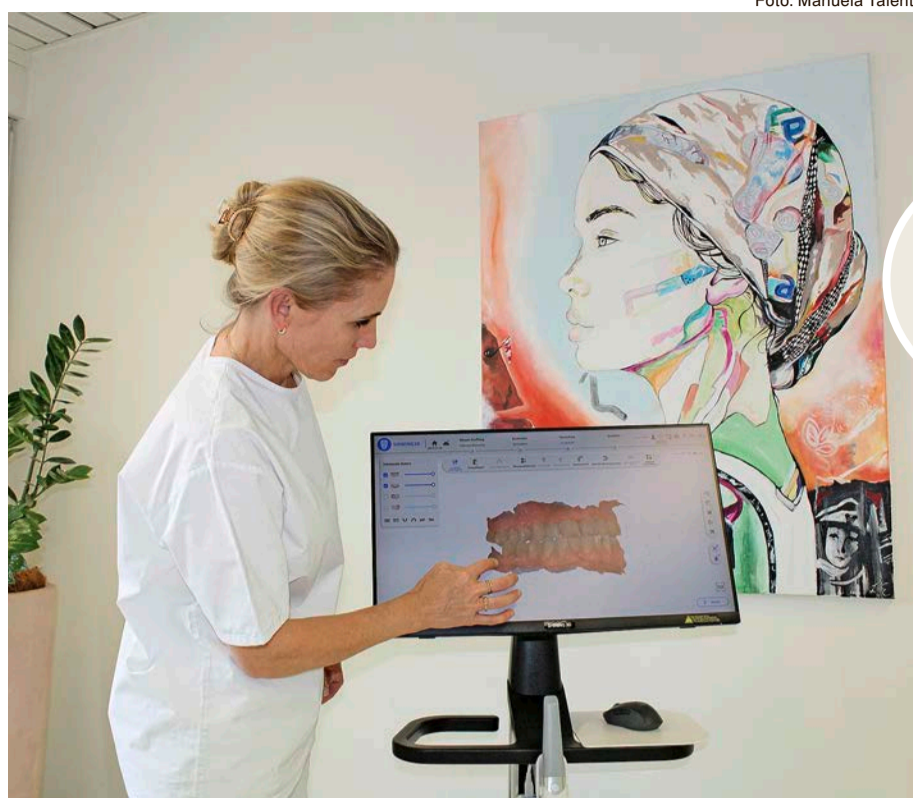


Foto: Manuela Talenta



Leidet selber an Schlafapnoe: Roland Wahrenberger ist Mitgründer des Schweizer Start-ups Alwasleep.

Manuela Talenta

Vor zwei Jahren stand Per Trifunovic vor einem Problem. Er und seine Frau hatten sich vorgenommen, mit dem Wohnmobil nach Norwegen zu fahren. Eine grosse Reise, auf die sich beide freuten – und die doch unter keinem guten Stern stand. Denn Per Trifunovic schnarchte. Seit Jahren. Laut und unerbittlich. Zuhause schlief das Ehepaar deshalb in getrennten Zimmern. Im Wohnmobil aber gibt es keinen Ausweichraum, keine Tür, die man schliessen könnte.

Um sich an die beengten Verhältnisse zu gewöhnen, unternahm Per Trifunovic im Vorfeld einige Probefahrten. Doch sie brachten vor allem Erschöpfung und Gereiztheit. «Das gemeinsame Schlafen im Wohnmobil belastete uns sehr», sagt der Informatikingenieur ETH aus dem aargauischen Freienwil. Dann erzählte ihm ein Freund von der Alwasleep-Schlafschiene des Start-ups Alwasleep aus Wettlingen AG. Per Trifunovic liess sich kurz vor dem Trip eine Schiene anpassen – und, es war kaum zu glauben, die Reise in den hohen Norden wurde ein Erfolg. Es gab endlich kein nächtliches Schnarchkonzert mehr. «Nur himmlische Ruhe.»

Schnarchen ist weit verbreitet. Und bei einem Teil der Betroffenen steckt dahinter sogar mehr als ein akustisches Problem: eine Schlafapnoe. Dabei setzt der Atem während des

Schlafs immer wieder aus – man ringt nach Luft, ohne es zu merken, und wacht morgens wie gerädert auf. Was dabei im Körper passiert, erklärt Martina Briedé, Zahnärztin und Inhaberin der Zahnarztpraxis Briedental in Zürich: «Im Tiefschlaf erschlafft die Muskulatur. Der Unterkiefer fällt zurück und verengt die Luftwege. Das weiche Gaumensegel beginnt durch den Luftstrom zu vibrieren.» Ersteres führt zu Atemaussetzern, Letzteres zum Schnarchen.

Die klassische Therapie bei schwerer Schlafapnoe ist ein CPAP-Gerät: eine Gesichtsmaske, die nachts getragen wird und für konstante Luftzufuhr sorgt. Für viele Betroffene ist diese Lösung jedoch schwer zu akzeptieren. Das Gerät ist relativ laut, sperrig und muss auf jede Reise mitgenommen werden. «Ich habe Patientinnen und Patienten, die mit dem Apparat überhaupt nicht klarkommen; andere verwenden es, weil sie müssen, sind aber sehr unglücklich damit», so Martina Briedé. Eine Patientin habe sogar jede Nacht Ohrstöpsel gebraucht, um das Geräusch des CPAP-Geräts nicht zu hören.

Bewährtes Prinzip neu gedacht

Roland Wahrenberger kennt das aus eigener Erfahrung. Der gelernte Zahntechniker ist verheiratet und leidet an Schlafapnoe. «Ich kam aber mit dem Gerät nicht zurecht, sodass ich es schon nach kurzer Zeit nicht

Endlich wieder Harmonie im Schlafzimmer

Schlafapnoe Wer schnarcht, schläft oft allein. Das belastet viele Partnerschaften über Jahre. Eine neuartige Schlafschiene gibt Betroffenen nicht nur den Schlaf zurück – sondern auch das gemeinsame Schlafzimmer.

mehr trug.» Die Folge: Nacht für Nacht schnarchen und Atemaussetzer, schliesslich getrennte Schlafzimmer. Bis sein ehemaliger Ausbilder in jahrelanger Zusammenarbeit mit Ärzten und Zahnärzten eine neue Art von Schlafschiene entwickelte. Roland Wahrenberger probierte sie als einer der ersten aus – und schlief zum ersten Mal seit Jahren wieder ruhig.

2025 gründeten die beiden das Start-up Alwasleep und brachten die mittlerweile breit erprobte und patentierte sowie in der Schweiz entwickelte und produzierte Schiene erfolgreich auf den Markt. Dabei ist das Prinzip eigentlich nicht neu. Die so-

genannte Unterkieferprotrusion – also die gezielte Vorverlagerung des Unterkiefers während des Schlafs – ist als wirksame Methode anerkannt, um Schnarchen zu reduzieren und leichte bis mittelschwere Schlafapnoe zu behandeln. Der Unterschied liegt im Design und in der Herstellung. Alle bisherigen Protrusionsschienen sind zweiteilig – je eine für Unter- und Oberkiefer, verbunden durch Metallscharniere oder Gummielemente.

Egon Alraun hatte die Idee, eine einteilige Schiene zu produzieren, und entwickelte einen speziellen Prozess mittels CAD-Software. Die gesamte Herstellung erfolgte digital. Ein Zahnarzt

oder eine Zahnärztin macht völlig schmerzlos drei Scans: einen des Unterkiefers, einen des Oberkiefers und einen mit dem Unterkiefer in der vorgelagerten Position. Der Vorgang dauert nur wenige Minuten. Die Scans werden an Alwasleep übermittelt, wo am Computer ein dreidimensionales Modell der Schiene entworfen wird. Gedruckt wird die Schiene aus einem biokompatiblen Nylon. «Das Material ist geprüft, zertifiziert und schleimhautverträglich, es wird auch für zahlreiche andere Medizinalprodukte verwendet», sagt Roland Wahrenberger.

Die Oberfläche der Schiene wird zusätzlich versiegelt, sodass sie sich weder verfärbt noch zu riechen beginnt. Durchdacht ist die Alwasleep-Schlafschiene auch hinsichtlich der Zahngesundheit: Strategisch platzierte Öffnungen sorgen dafür, dass die Zähne die ganze Nacht von Speichel umflossen werden. Ausserdem umschliesst die Schiene nicht das gesamte Gebiss, sondern liegt nur dort auf den Zähnen, wo es nötig ist. Das Zahnfleisch wird nicht berührt, und ein empfindlicher Zahn kann gezielt ausgespart werden.

Ausgeruhte Betroffene, glückliche Partner

Inzwischen trägt Per Trifunovic seine Schiene seit knapp zwei Jahren jede Nacht. Bei ihm wurde zwischenzeitlich auch eine schwere Schlafapnoe diagnostiziert. Die Schiene hilft ihm

trotzdem wirksam. Tagsüber ist er nicht mehr müde. Der Tragekomfort sei hoch, sagt er, auch wenn der Unterkiefer durch die Schiene in einer starren Position gehalten werde. «Das ist ein kleines Opfer für einen grossen Gewinn.» Auch Martina Briedés Patientinnen und Patienten fühlen sich mit der Schiene wohl. Die Zahnärztin stiess letzten Herbst auf das Produkt. «Nachdem Roland Wahrenberger es uns vorgeführt hatte, waren wir in der Praxis alle überzeugt: «Das ist es.» Wir investierten in einen geeigneten Scanner und begannen, die ersten Schienen abzugeben. Inzwischen werden solche von vielen betroffenen Patientinnen und Patienten mit Erfolg getragen», so Martina Briedé.

Eine grosse Anzahl von Apnoe-Patienten klären aktuell die Kostenübernahme durch ihre Krankenkasse ab. Bei diagnostizierter Schlafapnoe übernimmt die Grundversicherung die gesamten Kosten in Höhe von rund 1500 Franken. «Sie fühlen sich dank der Schiene wie neugeboren», weiss die Zahnärztin. Einige schreiben ihr, dass ihr Ehepartner überglücklich sei, weil es endlich wieder möglich ist, im selben Bett zu schlafen. Und wenn Per Trifunovic und seine Frau mit dem Wohnmobil wieder in Richtung Norden rollen, schlafen sie glücklich Seite an Seite. Und es ist ruhig.

Eine Zusammenarbeit mit Alwasleep; www.alwasleep.ch

Erfolgreiches Multi-Talent

Dua Lipa Sie ist einer der berühmtesten Popstars der Welt. Jetzt ist die Grammy-Gewinnerin eine Zusammenarbeit mit der deutschen Skincare-Linie Augustinus Bader eingegangen.

Rihanna macht's. Harry Styles auch. Und George Clooney ist dabei einer der erfolgreichsten. Wenn Stars gemeinsame Sache mit Unternehmen machen, profitieren meistens beide Seiten. Egal, ob es sich dabei um Beautyprodukte, Vibratoren – wie beim englischen Popstar und Sex-Symbol Styles – oder um Kaffee handelt: Je glaubwürdiger der Prominente wirbt, desto höher sind die Chancen auf einen Verkaufserfolg.

Das neueste Beispiel einer Zusammenarbeit ist die von Dua Lipa, einer der vielseitigsten und erfolgreichsten Pop-Sängerinnen unserer Zeit, mit dem deut-

schen Skincare-Brand Augustinus Bader. In der Welt der Beautyprodukte hat Augustinus Bader in den letzten Jahren Kultstatus erlangt und ist zum Favoriten vieler Hollywood-Stars geworden. Der Schlüssel zum Erfolg liegt in seiner innovativen Forschung und seinem Ansatz zur Hautregeneration. Die Produkte basieren auf der TFC5-Technologie, die vom deutschen Professor Augustinus Bader entwickelt wurde. Dua Lipas Hautpflege-Linie, die einen Cleanser, einen Glow Complex und eine regenerierende Pflegecreme umfasst, beruht auf dieser Technologie.

Es ist nicht das erste Mal, dass die 29-jährige Künstlerin mit kosovo-albanischen Wurzeln Kooperationen eingeht, die ihre eigene Marke über die Musik hinaus erweitern soll. So hat sie unter anderem für Puma und Porsche geworben, war das Gesicht des Parfums «Libre» von Yves Saint Laurent und jenes für den «Chanel 25»-Handbag.

Dass Dua Lipa auf so vielen Ebenen so erfolgreich ist, verdankt sie auch ihrer Authentizität. Wenn es beispielsweise um ihre langjährigen Erfahrungen im Lifestylebereich geht, macht ihr niemand so schnell etwas vor. Die Fähigkeit, die verschiedens-



Foto: Getty Images

ten Modeströmungen und Epochen zu einem einzigartigen Stil zu entwickeln, macht sie nicht nur zur Muse von prominenten Designern. Sie inspiriert vor allem auch ihre Fans, zum eigenen Geschmack zu stehen und nicht gesellschaftlichen Idealen nachzueifern. Dua Lipa hält sich auch nicht zurück, wenn es um ihre soziale und politische Meinung geht. Auch hier unterscheidet sie sich von vielen anderen Prominenten, die sich lieber nicht festlegen oder sich so präsentieren, wie der Wind gerade weht. Die Grammy-Gewinnerin bezeichnet sich öffentlich als Feministin und setzt sich immer wieder für Frauenrechte ein. In Interviews spricht sie über Geschlechterdiskriminierungen, sexuelle Gewalt und welche Ängste der Er-

Mit Augustinus Bader eine eigene Pflege-Linie entwickelt: Dua Lipa.

folgsdruck in der Musikindustrie in ihr ausgelöst hat. Die Themen Selbstfürsorge und mentale Gesundheit sind ihr darum ein grosses Anliegen.

In «Service95», ihrem wöchentlichen Podcast, teilt sie ihre Leidenschaft für Bücher, Reisen, Musik und Mode. In ihrem Buchclub hat sie übrigens kürzlich den Roman «Lázár», des Schweizer Autors Nello Biedermann empfohlen. Zusammen mit ihrem Vater betreibt sie die «Sunny Hill Foundation», eine Wohltätigkeitsorganisation, die benachteiligten Menschen in Kosovo hilft. Doch wer glaubt, dass sich das Multitalent mit all diesen Engagements zufrieden gibt, irrt. Vor kurzem wurde bekannt, dass sie die neue globale Markenbotschafterin von Nespresso wird. Mit dieser Kooperation will die Traditionsmarke eine jüngere Generation von Kaffeeliebhabern ansprechen. George Clooney wird wohl verkraften.