



## Dr. med. Egor Egorov

*Facharzt für Anästhesie*

### Kurzvita

Dr. med. Egor Egorov ist ein erfahrener Arzt mit über 40 Jahren Berufserfahrung. Er gehört zu Europas führenden Hypoxie-Experten. Schon während seines Medizinstudiums haben ihn die Physiologie-Vorlesungen am meisten fasziniert. Er wollte die Zusammenhänge verstehen, wie der Körper als Organismus funktioniert. Wahrscheinlich war dieses frühe Interesse auch der Grund, warum er die Fachrichtung Innere Medizin gewählt hat.

Mittlerweile beteiligt er sich als Co-Autor an Hypoxie-Studien zu Fettstoffwechselstörungen, Vorstufen von Diabetes und Alzheimer, hält Vorträge zu den Themen „Atmung und Intervall-Hypoxie-Training“ an internationalen Kongressen. Sein Wissen und seine Erfahrungen gibt er in Seminaren und Fortbildungsveranstaltungen an die Kollegen weiter.

Er ist der Autor von vier Büchern über Atmung und Hypoxie und Inhaber von sechs Patenten im Bereich von Intervall-Hypoxie-Training.

Die einfache und sichere Anwendung der Hypoxie beschäftigt ihn als Anästhesist besonders, weshalb er sich bei Neu- und Weiterentwicklung der Hypoxie-Geräte engagiert. Um den Bezug zur ärztlichen Praxis zu behalten, bietet er eine Privatsprechstunde in Berlin an.

### **Die Bedeutung der Nasenatmung für die körperliche und geistige Entwicklung**

Vortrag Präsenz & online 11:15–12:15 Uhr

Aus internationalen Studien ist bekannt, dass über die Hälfte der Kinder bereits in der Grundschule durch den Mund atmen. Man sieht vielen Kinder bereits an, dass mit ihrer Atmung etwas nicht stimmt. Oft sind ihre Nasennebenhöhlen nicht optimal entwickelt. Die körperlichen Auswirkungen der Mundatmung sind weitreichend. Durch das Atmen durch die Nase wird das Wachstum des Kiefers unterstützt, was wiederum direkten Einfluss auf die Weite der oberen Atemwege hat.

Gut entwickelte Atemwege sind entscheidend für die körperliche und geistige Fitness. Untersuchungen belegen, dass Mundatmung bei Kindern genauso negative Auswirkungen auf die Gesundheit hat wie bei Erwachsenen. Mundatmung in der Nacht und leichtes Schnarchen bei Kindern können bereits zu Stimmungsschwankungen, Lernproblemen und Bluthochdruck führen.