



## Schlafstörungen in Klinik und Praxis

Dr. Hans-Günter Weiß, Dipl.-Psych.

Pfalzklinik Landeck, Schlaflabor, Klingenmünster



Schlafstörungen und Schlafmangel gehen mit einem erhöhten Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Stoffwechselkrankungen und psychischen Störungen einher. Die Lebenserwartung ist bei zu wenig, aber auch zu viel Schlaf verkürzt. Darüber hinaus führt unerholsamer Schlaf zu einem höheren Unfallrisiko im Straßenverkehr oder am Arbeitsplatz.

Sechs Prozent der Deutschen leiden an behandlungsbedürftigen Ein- und Durchschlafstörungen. Diese stellen sowohl ein eigenständiges Krankheitsbild dar, können aber auch im Kontext anderer Erkrankungen auftreten. Je nach Studie können zwischen 1,2 Mio und 1,9 Mio Menschen nicht ohne Schlafmittel schlafen oder sind an dieselben gewöhnt. Dabei stellen Schlafmittel eine rein symptomatische Therapie dar. Zwischenzeitlich gilt die kognitive Verhaltenstherapie der Insomnie als das Mittel der ersten Wahl zur Behandlung von (komorbiden) Insomnien, welche sogar geeignet ist die Beschwerden potentieller komorbider Störungen zu minimieren. Schlafbezogene Atmungsstörungen, wie die obstruktive und zentrale Schlaf-Apnoe, erhöhen unbehandelt das Risiko für Bluthochdruck, Herzinfarkt und Schlaganfall. Darüber hinaus führen Sie zu erhöhter Schlaftrigrität am Tage mit Einschränkungen der Verkehrstüchtigkeit. Häufig sind diese auch Folge eines Schlaganfalls. Das Restless-Legs Syndrom gilt ebenfalls als eine der häufigsten, aber auch unterdiagnostizierten Schlafstörungen. Parasomnien, wie das nächtliche Schlafwandeln, der Pavor nocturnus und nächtliche Albträume können im Einzelfall hartnäckige und schwer behandelbare Erkrankungen darstellen. Die REM-Verhaltensstörung gilt zwischenzeitlich als Frühsymptom von Parkinson und Lewy-Körperchen Demenz.

In dem zweitägigen Seminar werden den allgemeinen Grundlagen des Schlafes, die häufigsten Schlafstörungen und deren diagnostischen und therapeutischen Methoden unter besonderer Berücksichtigung neurologischer und neuropsychologischer Fragestellungen vermittelt. Die Teilnehmer sind nach dem Kurs je nach Fall in der Lage die entsprechenden schlafmedizinischen Diagnosen zu stellen, schlafmedizinische Behandlungen einzuleiten oder Behandlungen selbst vorzunehmen.

### Literatur:

Stuck, Maurer, Schredl, Weiß (2013): Praxis der Schlafmedizin; Springer Verlag



### Stimmen unserer Teilnehmer:

„Sehr hohe Flexibilität und Anpassung der Inhalte an Interesse des Publikums  
„Lebhafter Vortragsstil“



**Termin:** 26.01.2018 - 27.01.2018

### Uhrzeiten:

1. Tag: 11:00 Uhr - 18:30 Uhr  
2. Tag: 08:30 Uhr - 15:30 Uhr

**Zeitumfang:** 16 Stunden (à 45 min)

### Ort: neuroraum Fortbildung

Semmelstr. 36/38  
D-97070 Würzburg  
(barrierefrei; jedoch keine E-Rollis)

**Didaktik:** Vortrag, interaktiver Workshop, Videodemonstrationen, Diskussion

**Zielgruppe:** PsychologInnen

**Teilnehmerzahl:** max. 18 Personen

### FE-Punkte:

22  
Es wird eine Lernerfolgskontrolle durchgeführt

Zugelassene Weiterbildungsstätte der PTK Bayern für Klinische Neuropsychologie

**GNP-Akkr.:** Punkt 09

**Code-Nr.:** FB180126A  
(bitte bei der Anmeldung angeben)

**Kursgebühr:** 310 Euro.

### BUCH:

In der Kursgebühr ist das Buch „Die schlaflose Gesellschaft“ von Hans-Günter Weiß (2016) enthalten

