

# Anfahrt zum Klinikum Osnabrück



## Ansprechpartner/Adressen:

**Annegret Budke**

Mühlensch 23  
49525 Lengerich

Tel.-Nr.: 05481/8475713

[www.rls-unruhige-beine.de](http://www.rls-unruhige-beine.de)

**Manfred Philipp**

Steinbeckstraße 14  
48429 Rheine

Tel.-Nr.: 05971/72364

[www.schlaflos-im-muensterland.de](http://www.schlaflos-im-muensterland.de)

# Einladung zur Vortragsveranstaltung

## 1. Tag des Schlafes im Landkreis Osnabrück

Samstag, 07.06.2008, 14.00 bis 18.00 Uhr

DAS  
**Klinikum**  
OSNABRÜCK

### Veranstaltungsort:

Klinikum Osnabrück  
Seminarraum  
Am Finkenhügel 1  
49076 Osnabrück

### Veranstalter:

Selbsthilfe Schlafapnoe  
Chronische Schlafstörungen e.V.  
im Kreis Steinfurt



– Eintritt: Frei –

# **Der Schlaf**

---

## **Informationsveranstaltung für Betroffene mit Schlafstörungen**

Ein Drittel unseres Lebens verbringen wir im Schlaf. Der Schlaf dient der Erholung. Was ist aber, wenn der Schlaf gestört ist?

Einschlaf- und Durchschlafstörungen, unerholbarer Schlaf, Tagesmüdigkeit, Abgeschlagenheit, nächtliches Schnarchen, erhöhtes Schlafbedürfnis, unruhige Beine beim Einschlafen, ungewolltes Einschlafen tagsüber – wer kennt keines dieser Symptome? Schlafstörungen zählen zu den häufigsten Beschwerden überhaupt. Sie treffen fast jeden von uns irgendwann einmal, auch ohne dass es sich gleich um eine Krankheit handeln muss. Die internationale Klassifikation der Schlafstörungen unterscheidet mittlerweile über 80 verschiedene Formen von Schlafstörungen. Diese haben mitunter weitreichende Auswirkungen, nicht nur für den Schlaf des Betroffenen, sondern mitunter auch für den des Partners oder für die weitere Gesundheit des Betroffenen. Unausgeglichenheit, Gereiztheit, Aggressivität, Leistungsminderung sind häufige subjektiv empfundene Folgen. Darüber hinaus ergeben sich mitunter aber auch schwerwiegende medizinische Komplikationen wie Bluthochdruck, erhöhtes Schlaganfall- oder Herzinfarktrisiko.

Mit dieser Informationsveranstaltung soll versucht werden, Betroffene und Angehörige sowie Interessierte über den gestörten Schlaf und seine Folgen zu informieren, Hilfestellung für den Alltag bzw. die Nacht zu geben und Wege aufzuzeigen, wo bei entsprechenden Schlafstörungen Hilfe gefunden werden kann.

---

Die Veranstaltung findet statt mit freundlicher Unterstützung der Selbsthilfe – Fördergemeinschaft der Ersatzkassen, AOK, TK, KKH, HMK, GEK, DAK, BEK und der Firmen: Heinen + Löwenstein, Fisher & Paykel, Rumeditec, Sanimed, ResMed, KOFL Röers GmbH, Betten-Kirchoff, Osnabrück.

# **Vortragsthemen**

---

- 1. Der Traum vom guten Schlaf – was Sie schon immer über Schlaf wissen sollten“**  
Dr. Tilmann Müller,  
Universitätsklinikum Münster
  - 2. Was sind die unruhigen Beine?**  
(Restless-legs)  
a.) Wodurch können sie ausgelöst werden?  
b.) Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?  
Prof. Dr. Florian Stögbauer, Klinik. Osnabrück
- Pause –**
- 3. Das Schlafapnoesyndrom – nur ein Schnarchproblem**  
Dr. Christoph Schenk, Ambulantes Schlafzentrum Osnabrück
  - 4. Atembedingte Schlafstörungen durch Kieferveränderung**  
Prof. Dr. Dr. Siegfried Jänicke,  
Klinikum Osnabrück
  - 5. Zäpfchen weg - Schnarchen weg?**  
Dr. Hartwig Rolle, Georgsmarienhütte
  - 6. Die CPAP-Therapie**  
Manfred Philipp
  - 7. Alternative Behandlungsmöglichkeit die intra-orale Schnarchschiene**  
Axel Röers

**Moderation: Dr. Christoph Schenk**