

Medieninformation

Welttag des Schlafes 15. März 2019:

Professorin aus Innsbruck wird Präsidentin der Welt-Schlaf-Gesellschaft

- Birgit Högl wird erste Präsidentin der „World-Sleep-Society“ aus Österreich
- Anerkennung und Auszeichnung für Schlafforscherin der Medizin Uni Innsbruck
- Welttag des Schlafes 2019: Gesunder Schlaf = Gesundes Altern

Guter Schlaf ist eine wichtige Voraussetzung für die Gesundheit. Schlafmangel kann zu gravierenden Erkrankungen führen und verhindert ein gesundes Altern. Eine der renommiertesten Schlafforscherinnen weltweit ist Birgit Högl. Die Leiterin des Schlaflabors an der Innsbrucker Univ.-Klinik für Neurologie wird im September 2019 erste österreichische Präsidentin der Welt-Schlaf-Gesellschaft. Innsbruck, 13.03.2019: Weltweit wird immer vor dem Wochenende, an einem Freitag im März, auf die hohe Bedeutung der Schlafqualität für die Gesundheit aufmerksam gemacht. Der Welt-Schlaf-Tag findet 2019 am 15. März statt. Die weltweite Kampagne steht diesmal unter dem Motto „Gesunder Schlaf = Gesundes Altern“. Schlafstörungen sind eine globale Herausforderung: Rund 45 Prozent der Weltbevölkerung haben Schlafprobleme. „Den meisten Schlafstörungen kann vorgebeugt werden oder sie sind behandelbar, aber nicht einmal ein Drittel der Betroffenen nimmt professionelle Hilfe in Anspruch, wie aktuelle Umfragen zeigen“, erklärt Birgit Högl, Leiterin des Schlaflabors an der Univ.-Klinik für Neurologie (Direktor: W. Poewe).

Im September wird Birgit Högl zur Präsidentin ernannt

Das Schlaflabor in Innsbruck zählt zu den modernsten in Europa. Rund 4.000 PatientInnen werden an der von Birgit Högl geleiteten Einrichtung pro Jahr stationär und ambulant behandelt. Högl und ihr Team haben sich so schon um den Schlaf vieler Menschen verdient gemacht, jetzt erhält die Universitätsprofessorin für Neurologie mit dem Schwerpunkt Schlafmedizin auch eine große internationale Anerkennung. Auf dem Jahreskongress der „World-Sleep-Society“ im September in Vancouver (20.-25. September 2019) wird sie zur Präsidentin ernannt. Eine große Auszeichnung für die renommierte Ärztin und Forscherin, die mit über 250 Publikationen dazu beigetragen hat, das Verständnis und die Behandlung von Schlafstörungen weltweit zu verbessern. Die World Sleep Society (WSS) wurde 2016 durch die Vereinigung zweier Organisationen gegründet und setzt weltweite Aktivitäten, um auf die Bedeutung der Schlafgesundheit aufmerksam zu machen.

Zusammenhang zwischen verfrühter Zellalterung und schlechter Schlafqualität

Ein Drittel ihres Lebens verbringen Menschen mit Schlaf. Jetzt zeigen aktuelle Forschungsergebnisse zum obstruktiven Schlafapnoesyndrom (OSA), welche gravierenden Folgen Schlafmangel haben kann. Die Betroffenen dieser Erkrankungen haben eine schlafbezogene Atmungsstörung, es kommt zu Atemaussetzern in der Nacht. Rund vier Prozent der erwachsenen Bevölkerung sind betroffen. Aktuelle Studien zeigen, dass das obstruktive Schlafapnoesyndrom zu einer DNA-Veränderung führt.

Die Chromosomenenden sind durch Telomere geschützt. Wenn diese Proteine verkürzt sind, führt dies zu einer frühzeitigen Zellalterung und auch das Risiko an Krebs zu erkranken, ist erhöht. Eine Studie mit PatientInnen mit obstruktivem Schlafapnoesyndrom hat jetzt gezeigt, dass bei ihnen die Telomer-Länge verkürzt ist. „Wir gehen davon aus, dass die Schlafapnoen dazu beitragen, dass Zellen schneller altern“, erklärt Birgit Högl. In einem Schlaflabor kann die Erkrankung diagnostiziert werden und mittlerweile stehen auch gute Behandlungsmethoden zur Verfügung, betont die Expertin.

Zur Person:

Birgit Högl ist seit 20 Jahren an der Univ.-Klinik für Neurologie in Innsbruck tätig. Nach ihrem Studium in München brachte ein Forschungsstipendium des „Deutschen Akademischen Austauschdienstes“ die 56-Jährige zunächst nach Südamerika. Sie verbrachte mehrere Jahre in Buenos Aires, wo sie im Rahmen eines „Movement Disorders Fellowship“ zum ersten Mal mit der Arbeit im Schlaflabor in Kontakt kam. Über das Max-Planck-Institut für Psychiatrie in München führte sie ihr Weg dann schließlich 1999 nach Innsbruck.

Weitere Informationen zum „World Sleep Day 2019“:

<http://worldsleepday.org/>

Pressebild zum Herunterladen:

<https://www.i-med.ac.at/pr/presse/2019/12.html>

Medienkontakt:

Medizinische Universität Innsbruck
Abteilung für Öffentlichkeitsarbeit
Barbara Hoffmann-Ammann
Innrain 52, 6020 Innsbruck, Austria
Telefon: +43 512 9003 71830
public-relations@i-med.ac.at, www.i-med.ac.at