

Pressemitteilung**Deutsche Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin (DGSM)****Romy Held**

04.10.2023

<http://idw-online.de/de/news821696>Pressetermine, Wissenschaftliche Tagungen
Ernährung / Gesundheit / Pflege, Medizin, Psychologie
überregional**Schwindende Ressourcen machen es den Ärzten schwer, dem schlafmedizinischen Versorgungsauftrag gerecht zu werden**

Schlafstörungen und ein nicht erholsamer Nachtschlaf sind ernstzunehmende Symptome und Erkrankungen, die einer weiterführenden Diagnostik und ggf. Therapie bedürfen. Nicht behandelte Schlafstörungen können zu weiterführenden Erkrankungen, so zu Herz-Kreislauf-Erkrankungen und mentalen Krankheiten führen und können auch begleitende Erkrankungen verschlechtern. Manche Schlafstörungen können sogar ein Frühsymptom anderer Erkrankungen, wie zum Beispiel Alzheimer sein.

Die Schlafmedizin ist eine sehr breitgefächerte Disziplin, die zur optimalen Abdeckung aller Erkrankungen eine interdisziplinäre Zusammenarbeit benötigt. Mediziner aus dem internistischen-, pneumologischen, hals-, nasen-ohrenärztlichen, neurologischen, psychiatrischen und pädiatrischen Bereich widmen sich in verschiedenen Forschungsschwerpunkten den sehr unterschiedlichen Erkrankungen, die während des Schlafes auftreten. Einmal jährlich treffen sie sich zum großen Update auf dem Kongress der Deutschen Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin (DGSM). Er findet dieses Jahr vom 7.-9. Dezember in Berlin statt. Prof. Dr. Ingo Fietze vom schlafmedizinischen Zentrum der Charité, einer der wissenschaftlichen Leiter des Kongresses, gibt im folgenden Interview kurz und knackig Auskunft darüber, wie sich Schlafstörungen verändert haben, und warum man in der Großstadt schlechter schläft.

Das Motto „Schlaf in Zeiten des Wandels“ überschreibt die 31. Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin (DGSM). Welchen Herausforderungen unserer Zeit müssen Sie sich als Schlafmediziner stellen?

Prof. Dr. Ingo Fietze: Die größte Herausforderung ist der wachsende Bedarf an schlafmedizinischer Expertise bei schwindenden Ressourcen.

Also haben wir in Deutschland keine gute schlafmedizinische Versorgung. Was muss denn passieren, damit diese gewährleistet ist?

Prof. Dr. Ingo Fietze: In keiner Weise. Sie wird eher schlechter. Wir brauchen Exzellenzzentren an Universitäten und in Krankenhäusern, mehr Schlaflabore und viel mehr Schlafpraxen. Die Telemedizin wird teilweise helfen, dem Versorgungsauftrag gerecht zu werden. Sie muss aber vergütet werden.

Haben sich Schlafstörungen im Lauf der letzten Jahre verändert? Wenn ja, wie?

Prof. Dr. Ingo Fietze: Die Gesellschaft altert, das Übergewicht nimmt zu und die Auslöser für einen schlechter werdenden Schlaf werden nicht weniger. Das sind die wesentlichen Gründe für eine Zunahme von Schlafstörungen.

Der Schlaf und seine Bedeutung für unsere Gesundheit sind in den zurückliegenden Jahren mehr ins Bewusstsein der Öffentlichkeit gelangt. Hat sich die Einstellung der Menschen zum Schlaf Ihrer Meinung nach damit positiv entwickelt?

Prof. Dr. Ingo Fietze: Es ist ein Trend zu erkennen, auch Dank der medialen Unterstützung. Aber es halten sich weiterhin viele nicht mehr zutreffende Mythen rund um den Schlaf.

Zum vierten Mal in ihrer Geschichte ist die Jahrestagung der DGSM in diesem Jahr in Berlin zu Gast. Werden die Teilnehmer denn im Großstadtturbel gut schlafen oder generell gefragt, was unterscheidet die Schläfer in Großstädten und im ländlichen Raum?

Prof. Dr. Ingo Fietze: Nachgewiesenermaßen schläft man in Großstädten schlechter. Das hat mit der Lichtverschmutzung, dem Lärm, der Luft, der Hitze und dem Lebensstil in der Großstadt zu tun.

Welche persönliche Note geben sie als Tagungspräsidium dieser Jahrestagung mit?

Prof. Dr. Ingo Fietze: Nicht nur heilen, auch vorbeugen. Die Berücksichtigung der vielfältigen Faktoren, die unseren Schlaf beeinflussen, ist wichtig, um dessen Störungen noch besser entgegenwirken und auch behandeln zu können.

Der Jahreskongress der DGSM vom 7.-9. Dezember im Estrel Congress Center Berlin bietet ein Update zu Schlafstörungen aller Art und stellt neue schlafmedizinische Forschungen zu aktuellen Themen wie zum Beispiel Künstliche Intelligenz, Melatonin-Gebrauch oder Klimawandel vor.

Medienvertreter sind herzlich zur Teilnahme am Kongress sowie bei Interesse an einem bestimmten Thema zu Hintergrundgesprächen und Interviews eingeladen! Zur Expertenvermittlung und zur Akkreditierung senden Sie bitte eine Mail an den Pressekontakt! Die Kongress-Pressekonferenz findet online am 4.12. 2023 um 11 Uhr statt. Auch dazu melden Sie sich gern direkt per Mail beim Pressekontakt an!

Pressekontakt:
Conventus Congressmanagement
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Romy Held
Tel. 03641/3116280
romy.held@conventus.de

URL zur Pressemitteilung: <http://www.dgsm-kongress.de>

URL zur Pressemitteilung: <http://www.dgsm.de>