



Presseinformation

DGSM fordert: Behandlung von Menschen mit Insomnien in Deutschland muss sich verbessern

Ein- und Durchschlafstörungen, die mindestens einen Monat bestehen und bei den Betroffenen zu einer beeinträchtigten Leistungsfähigkeit oder Befindlichkeit am Tag führen, werden als Insomnien bezeichnet. Diese betreffen insgesamt 5-10% der Bevölkerung in Deutschland und bestehen meistens chronisch über mehrere Jahre oder sogar Jahrzehnte hinweg. Die Lebensqualität der Betroffenen kann hierbei beträchtlich leiden, und es besteht das Risiko für psychische und körperliche Folgeerkrankungen, v.a. Depressionen und Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Die Leitlinie der Deutschen Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin empfiehlt als Therapie die so genannte Kognitive Verhaltenstherapie für Insomnien (KVT-I). Diese Behandlung, die in 4-8 Sitzungen durchgeführt werden kann, die einmal pro Woche stattfinden, ist sehr effektiv und kann auch bei Menschen mit chronischen Schlafstörungen zu relevanten Verbesserungen der Symptomatik führen. Leider erhält jedoch nur ein Bruchteil der Betroffenen die KVT-I, vor allem, da es zu wenige Therapeut(inn)en gibt, die diese Behandlung mit entsprechender Expertise anbieten.

Die DGSM beteiligt sich als Kooperationspartner an dem Projekt „GET Sleep – Stepped Care Modell für die Behandlung von Schlafstörungen“, das durch den Innovationsfonds des Gemeinsamen Bundesausschusses (G-BA) mit 6,1 Millionen Euro gefördert wird. Das Ziel des Projekts ist es, die Versorgungsqualität für Menschen mit Insomnien in Deutschland mit Hilfe von Hausärzt(inn)en und einem telemedizinischen Behandlungsangebot auf Basis der KVT-I zu verbessern. Die Initiatoren dieses Projekts waren Prof. Dr. Kai Spiegelhalter und Prof. Dr. Dieter Riemann vom Universitätsklinikum Freiburg sowie Prof. Dr. David Ebert vom GET.ON Institut. Weitere Projektpartner sind das Institut für Psychologie und Pädagogik der Universität Ulm, der Lehrbereich Allgemeinmedizin des Universitätsklinikums Freiburg, die Ideamed GmbH, die Paracelsus Medizinische Privatuniversität Nürnberg und die BARMER. „Bei positiver Evaluation besteht das Ziel, die neue Versorgungsform in die Richtlinien des Gemeinsamen Bundesausschusses zur Gestaltung der Versorgung aufzunehmen und in die Regelversorgung zu übernehmen“, erklärt Kai Spiegelhalter.

Autorenkontakt:

Prof. (apl.) Dr. phil. Dr. med. Kai Spiegelhalter
Psychologischer Psychotherapeut, Stellvertretender Abteilungsleiter Psychophysiologie und Schlafmedizin
Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Universitätsklinikum Freiburg
Telefon: +49 761 270-69780
<https://www.uniklinik-freiburg.de/psych.html>

Für Rückfragen kontaktieren Sie bitte den Pressekontakt der DGSM-Jahrestagung:

Conventus Congressmanagement & Marketing GmbH
Romy Held
Tel.: 03641/3 11 62 80
E-Mail: romy.held@conventus.de