

Presseinformation

Rechtzeitige Diagnose und Behandlung von Schlafstörungen verhindert Langzeitschäden

Fachgesellschaft fordert leitliniengerechte Behandlung aller betroffenen Patienten

Chronische Schlafstörungen, die schlimmstenfalls sogar unentdeckt bleiben, sind ein klarer Risikofaktor für gesundheitliche Langzeitschädigungen und Folgeerkrankungen. Zum Beispiel bei Schlafapnoe, also Atemaussetzern im Schlaf, besteht ein hohes Risiko Herz-Kreislauf-Erkrankungen zu bekommen oder einen Schlaganfall zu erleiden. Für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes sind Ein- und Durchschlafstörungen, so genannte Insomnien, ebenfalls ein Risikofaktor. In Bezug auf die psychischen Erkrankungen betrifft dies v.a. Depressionen und Angststörungen. Diese Befunde ergeben sich aus epidemiologischen Längsschnittstudien bzw. aus Zusammenfassungen (Meta-Analysen) dieser Studien. Solche Studien ergaben zum Beispiel auch, dass 15 Prozent der Patienten mit einer langfristigen Schlafstörung eine Demenz entwickeln. Bei einer unbehandelten Schlafapnoe verdoppelt sich dieser Anteil sogar noch. Die REM-Schlaf-Verhaltensstörung, die zu den sogenannten Parasomnien gehört, wurde als ein Risikofaktor für neurodegenerative Erkrankungen eingestuft. Es ist mittlerweile bekannt, dass 80% aller Betroffenen mit einer REM-Schlaf-Verhaltensstörung in den nächsten 15 Jahren an Morbus Parkinson erkranken werden. Die Gedächtnisfunktion wird stark vom Schlaf beeinflusst. Es ist gut erwiesen, dass eine schlechte Atmungsfunktion die kognitiven Fähigkeiten verschlechtert und gleichzeitig im Rückschluss, dass eine Behandlung diese wieder verbessert.

Dies alles sind Belege dafür, warum eine rechtzeitige Diagnose und Behandlung von Schlafstörungen wichtig ist. Die Deutsche Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin (DGSM) verweist immer wieder darauf, Schlafstörungen gemäß der Leitlinien der Gesellschaft zu behandeln. Diese enthalten evidenzbasierte Richtlinien, etwa für eine medikamentöse Therapie. „Wir wissen, dass die Behandlung mit Schlaf- oder Schmerzmitteln eine Schlafapnoe zum Beispiel verstärkt. Bei einer REM-Schlafverhaltensstörung ist es u.a. falsch, mit Beruhigungsmitteln zu behandeln.“, erklärt der Geriater und Schlafmediziner Prof. Dr. med. Helmut Frohnhofen, der in diesem Jahr einer der Tagungsleiter der ersten virtuellen DGSM-Jahrestagung ist. Ebenso wichtig und in den Leitlinien verankert ist eine langfristige Therapie. „Gerade bei der Obstruktiven Schlafapnoe fordert die DGSM eine Langzeitkontrolle und die Anpassung der Geräte auf Veränderungen beim Patienten, etwa durch Alter, Gewichtszunahme oder Lebensumstände. Die langfristige und regelhafte Verlaufskontrolle spielt aber generell eine wichtige Rolle bei der schlafmedizinischen Behandlung. Deshalb ist es entscheidend, dass auch in der derzeitigen, durch die Pandemie beeinflussten Zeit trotzdem eine schlafmedizinische Versorgung stattfindet“, betont der DGSM-Vorsitzende Prof. Dr. med. Peter Young. Auf der Homepage der Gesellschaft unter www.dgsm.de findet sich ein Gemeinsames Positionspapier der DGSM und der Deutschen Gesellschaft für Pneumologie (DGP) zur „Diagnostik und Therapie schlafbezogener Atmungsstörungen im Zusammenhang mit der Corona-Pandemie“.



Während der digital veranstalteten DGSM-Jahrestagung vom 29.-31. Oktober 2020 wird das Erläuterte in zahlreichen wissenschaftlichen Symposien thematisiert, was wiederum die Relevanz unterstreicht. Das gesamte Programm der Jahrestagung können Sie [hier](#) einsehen.

Medienvertreter sind sehr herzlich zur virtuellen Teilnahme am gesamten Kongress eingeladen. Akkreditieren Sie sich dazu bitte über die [Homepage](#) oder den Pressekontakt. Es wird auch eine Online-Pressekonferenz angeboten, zu der Sie in Kürze noch weitere Informationen erhalten. Selbstverständlich können Sie auch individuelle Gesprächstermine mit Referenten, der Tagungsleitung oder dem DGSM-Vorstand vereinbaren. Auch dazu bitten wir, sich an den Pressekontakt zu wenden.

Pressekontakt:

Conventus Congressmanagement, Romy Held
Carl-Pulfrich-Straße 1, 07745 Jena
Tel.: 03641/3116280
E-Mail: romy.held@conventus.de