

Für die Diagnostik verfügen wir über:

- /// Ambulanz Unerholsamer Schlaf
- /// 40 Aktometer zur ambulanten Bewertung von Schlafmustern
- /// 2 Apnoe-Screening-Geräte
- /// 6 Einzelableitplätze zur Polysomnographie

UNSERE ÄRZTLICHEN MITARBEITER

- /// PD Dr. med. Dieter Kunz (Chefarzt)
- /// Christiane Hirn (Psychiaterin, Schlafmedizinerin)
- /// Alexandra Correll (Neurologin)

KONTAKT

St. Hedwig-Krankenhaus
Klinik für Schlaf- & Chronomedizin
Große Hamburger Straße 5–11
10115 Berlin
/// Sekretariat: Susanne Dümchen
Tel.: (030) 23 11 - 29 02
Fax: (030) 23 11 - 29 03
E-Mail: s.duemchen@alexianer.de

ÖFFNUNGSZEITEN

- /// Montag–Donnerstag: 9.00–17.00 Uhr
- /// Freitag: 9.00–15.00 Uhr

Stand: Juni 2012

TERMINVERGABE

Senden Sie uns bitte vor der ersten Konsultation den ausgefüllten Fragebogen* und vorhandene medizinische Unterlagen zu. Eine Woche nach Versendung können Sie mit dem Sekretariat einen Erstvorstellungstermin vereinbaren. Zum Untersuchungstermin ist eine Überweisung zur „Psychiatrischen Institutsambulanz“ erforderlich.

Den Fragebogen erhalten Sie im Sekretariat der Klinik für Schlaf- & Chronomedizin oder im Internet unter www.schlafmedizin-berlin.de unter dem Link: Klinisches Angebot

ST. HEDWIG-KRANKENHAUS

Große Hamburger Straße 5–11 | 10115 Berlin
Tel.: (030) 23 11 - 0 /// Fax: (030) 23 11 - 24 22
E-Mail: st.hedwig@alexianer.de
Internet: www.alexianer-berlin-hedwigkliniken.de

VERKEHRSVERBINDUNGEN

- //// S-Bahn: Hackescher Markt (S5, S9, S75) mit Aufzug
Oranienburger Straße (S1, S2, S25) mit Aufzug
- //// U-Bahn: Weinmeister Straße (U8)
- //// Regionalbahn: bis Alexanderplatz, Ostbahnhof oder Friedrichstraße; dann umsteigen und weiter mit der S-Bahn bis Hackescher Markt
- //// Metro-Tram/Straßenbahn Hackescher Markt
M1, M4, M5 und M6, Monbijouplatz M1 und M6

Das St. Hedwig-Krankenhaus liegt in Trägerschaft der Alexianer St. Hedwig Kliniken Berlin GmbH, die zur Unternehmensgruppe der Alexianer GmbH gehört.
Weitere Informationen unter www.alexianer.de



Alexianer
ST. HEDWIG-KRANKENHAUS

KLINIK FÜR SCHLAF- & CHRONOMEDIZIN

Diagnostik und Therapie
von neurologisch-psychiatrischen Schlafstörungen



Sehr geehrte Damen und Herren,

Unsere Klinik für Schlaf- & Chronomedizin ist auf die Diagnostik und Therapie von neurologisch-psychiatrischen Störungen des Schlafes spezialisiert.

Unser Auftrag

Die Schlaf- & Chronomedizin ist medizinisch und wissenschaftlich in den Fokus der medizinischen Versorgung gerückt. 2019 hat die Weltgesundheitsorganisation (WHO) das Diagnosesystem ICD-11 verabschiedet mit dem Kapitel 7: Schlaf-Wach Störungen. Es werden über 100 schlafbezogene Störungen unterschieden. Damit steht die Schlafmedizin als eigenständiges Gebiet neben 15 weiteren. 2017 wurde der Nobelpreis Medizin an die Chronobiologie vergeben.

Warum schlafen wir?

Zur Erholung? Nein, im Schlaf wird gearbeitet. Ohne qualitativ guten Schlaf ausreichender Länge ist Wohlbefinden, Leistungsfähigkeit und Gesundheit nicht möglich. Circa 20 Prozent der deutschen Bevölkerung geben an, häufig unter unerholsamem Schlaf zu leiden. Viele leiden unter Erschöpfung und Burn-Out. Zuerst „funktionieren“ wir nicht richtig, irgendwann werden wir krank.

Seit Kurzem weiß man, dass schlafbezogene Auffälligkeiten mit Sprechen, Schreien, Schlagen, Treten und mehr Vorboten von neurodegenerativen Erkrankungen sein können. In unserer Klinik für Schlaf- & Chronomedizin diagnostizieren wir die zugrunde liegenden Störungen und versuchen, ursächlich einzugreifen.

BEHANDLUNGSSPEKTRUM

- //// Chronisch Unerholsamer Schlaf (Burn-Out)
- //// Circadiane Störungen (Schichtarbeitersyndrom, Früh- und Spättypen, episodisch wiederkehrende depressive Störungen wie Winterdepression)
- //// Parasomnien (z. B. Schlafwandeln, Ausagieren von Träumen, Aus-dem-Bett-Fallen)
- //// Schlaf bei neuropsychiatrischen Störungen
- //// Restless-Legs-Syndrom
- //// Narkolepsie

Unerholsamer Schlaf mit Tagesmüdigkeit, Erschöpfung und Ein- und Durchschlafstörung

Bei diesen Beschwerden sollte vorerst eine Abklärung durch die/den Hausärztin/Hausarzt erfolgen, um zu überprüfen, ob eine internistische Problematik zugrunde liegt. Wenn der Verdacht auf ein Schlafapnoe-Syndrom besteht (z. B. Schnarchen mit Tagesschläfrigkeit), sollte dies fachärztlich abgeklärt und behandelt werden. Falls keine ausreichende Erklärung gefunden wird, kann die weitere Abklärung in unserer Klinik erfolgen.

Schichtarbeitersyndrom Menschen, die jahrelang Schicht gearbeitet haben, leiden häufig am sogenannten Schichtarbeitersyndrom mit fehlender Erholung, Ein- und Durchschlafstörungen. Für Nachtarbeit sind wir nicht „gebaut“. Das können wir im Prinzip nicht beheben. Aber wir können spezifische Störungsbilder beschreiben, Ratschläge geben und teilweise auch spezifisch behandeln. Viele Menschen müssen morgens früh aufstehen und gehen deshalb abends früh ins Bett. 20 Prozent der Allgemeinbevölkerung sind aber genetisch bedingte Spättypen. Die können abends nur schlafen, wenn sie „todmüde“ sind. Das ist aber auf Dauer nicht gesund.

Schlafstörungen bei neuro-psychiatrischen Erkrankungen

Viele, z. B. depressive, Störungen bleiben therapieresistent, nicht selten, weil sie schlafinduziert sind. Für diese Patientinnen und Patienten stehen wir zur Verfügung. Hilfreich ist es, wenn die/der behandelnde Ärztin/Arzt eigene Befunde bzw. spezifische Fragestellungen einbringt. Nächtliche Halluzinationen, Ausagieren von Traum-erleben und Schlafwandeln sind z. B. ab dem 50. Lebensjahr häufige Frühsymptome von Störungen der höheren Hirnfunktionen. Diese Phänomene können wir zumeist eindeutig einem Krankheitsbild zuordnen. Dies ermöglicht eine frühzeitige Beeinflussung der zugrunde liegenden Erkrankungen.

Diagnose im Schlaflabor Für eine Diagnosestellung bei Schlafstörungen befragen und untersuchen wir Sie zunächst ambulant. Das reicht oft schon aus, um Sie zur Verbesserung Ihres Schlafes zu beraten. Wenn die ambulante Befragung keine ausreichende diagnostische Sicherheit erbringt, führen wir apparative ambulante Diagnostik durch wie z. B. Bewegungsmesser (Aktometer) oder Polygraphien. Damit können Besonderheiten im Schlaf-Wach-Muster oder in der Atmung erfasst werden. Bei Verdacht auf das Vorliegen einer organischen Schlafstörung führen wir eine Polysomnographie über drei Nächte durch. Bei der Polysomnographie werden Sensoren am Körper angebracht, die die Funktionsweisen von z. B. Gehirn, Atmung, Herz-Kreislauf und Motorik aufzeichnen. Die Auswertung ist aufwändig, erbringt aber nicht selten überraschende Befunde, die dann spezifisch behandelt werden können. Warum überraschende Befunde? Weil Sie Diejenige/Derjenige sind, die über Ihren Schlaf nichts berichten können. Sie schlafen.