

## Presseinformation

### „Die Finanzierung der Schlafmedizin ist gefährdet“

Schlafstörungen sind längst zur Volkskrankheit geworden. Schlafmediziner wissen, dass sich nur durch einen präventiven Effekt in der Gesellschaft daran etwas ändern lässt. Auch das ist eine der „Herausforderungen der Zeit“. Der Schlaf ist sicherlich die „köstlichste Erfindung“, wie Heinrich Heine einst sagte, aber er steht in heutigen Zeiten auf wackeligen Beinen. Schlaf ist kostenlos – und gleichzeitig die beste Gesundheitsvorsorge. 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 14.-16. November in Essen statt. Die wissenschaftlichen Leiter der Jahrestagung Prof. Dr. med. Helmut Frohnhofen, Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie, Altersmedizin am Universitätsklinikum Düsseldorf, Prof. Dr. med. Georg Nilius, Klinik für Pneumologie am Klinikum Dortmund und Prof. Dr. med. Christoph Schöbel, Schlafmedizinisches Zentrum der Ruhrlandklinik, Universitätsmedizin Essen liefern im folgenden Interview Argumente dafür, warum es sich lohnt zu schlafen.

**Die Überschrift der Jahrestagung der DGSM in Essen lautet „Schlaf - Herausforderungen der Zeit“. Welche sind gemeint?**

*Frohnhofen:* Unsere Arbeitswelt fordert immer flexibleres Arbeiten, auch zu ungewöhnlichen Zeiten. Gründe dafür sind unter anderem eine 24/7-Verfügbarkeit oder Teamarbeiten über verschiedene Zeitzonen hinweg. Gestörter Schlaf hat langfristig negative Folgen. Dadurch können die Leistungsfähigkeit abnehmen und die Fehlerrate steigen.

*Schöbel:* Zum ständigen Druck der Erreichbarkeit in unserer schnelllebigen, digitalisierten Welt kommen noch weitere Aspekte die Herausforderungen der Zeit darstellen: Umweltfaktoren wie Lärm, Klimawandel und Lichtverschmutzung, die den natürlichen Schlaf-Wach-Rhythmus stören. Auch die Auswirkungen von chronischen Krankheiten auf den Schlaf und die Bedeutung des Schlafes für die allgemeine Gesundheit sind zentrale Themen.

*Nilius:* Und die Corona-Pandemie „sitzt uns allen noch in den Knochen“. Die Menschen allgemein, insbesondere aber die Menschen, welche im Gesundheitssystem arbeiten, fühlen sich immer noch erschöpft. Die Anzahl der Krankheitstage ist deutlich erhöht. Immer mehr Menschen wählen eine Teilzeitstelle, weil sie sich den Anforderungen des Alltags nicht mehr gewachsen fühlen. Der Rückzug aus dem Ehrenamt nimmt zu. Dagegen wachsen die Erwartungen an die immerwährende Erreichbarkeit. Über das Smartphone sind wir fast 24 Stunden online und bekommen ungefiltert zahlreiche Informationen. Dazu kommt die Erfahrung von Krieg in Europa und Nahost. Über die Flüchtlingskrise sind wir mit den Ereignissen in der Welt direkt konfrontiert. Aber auch am Gesundheitssystem gehen diese Probleme nicht vorbei: Kostendruck und Personalmangel sind allgegenwärtige Probleme und erfordern neue Lösungen sowohl in den Organisationen als auch durch Einsatz von telemedizinischen Mitteln. Kreativität auch in schwierigen Zeiten ist gefordert. In solchen Zeiten sind Schlaf, Ruhe und die Fähigkeit zur Distanzierung besonders wichtig. Resilienz ist eines der wichtigsten Schlagwörter der Zeit. Ausreichender und erholsamer Schlaf stellen die Basis für jeden Resilienz-Ansatz dar.

**Wie fließen die aktuellen Probleme ins Programm ein?**

*Nilius:* Wir beleuchten die Aspekte von Schlaf in den verschiedenen Bereichen wie Immunität, Post-Covid-Syndrom, Schmerzverarbeitung und vieles andere mehr in den verschiedenen Altersgruppen, Krankheitspha-

---

**Pressekontakt:**

Romy Held  
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit  
Conventus Congressmarketing  
Tel. 03641/3116280  
Mobil: 0173/5733326  
E-Mail: romy.held@conventus.de

**Veranstalter der Jahrestagung:**

Deutsche Gesellschaft für Schlafforschung und  
Schlafmedizin (DGSM)  
www.dgsm.de  
www.dgsm-kongress.de

**Gender-Hinweis:** Aus Gründen der besseren Lesbarkeit verwenden wir die männliche Form. Wir meinen immer alle Geschlechter im Sinne der Gleichbehandlung. Die verkürzte Sprachform hat stilistische Gründe und ist wertfrei

## Presseinformation

sen hinsichtlich Bedeutung und Therapie. Viele neue Aspekte von Therapieansätzen aus den pharmakologischen, psychologischen, medizinisch-technischen Bereichen wie Beatmungstherapie, Telemedizin und komplexen Medizinprodukten werden intensiv wissenschaftlich dargestellt und kritisch bewertet. Dabei ist der interdisziplinäre Ansatz, d.h. die Kombination ganz verschiedener Bereiche der Medizin die besondere Stärke der DGSM.

*Schöbel:* Es gibt themenspezifische Vorträge und Symposien zu der Bedeutung von Schlaf in der Prävention und Therapie chronischer Erkrankungen sowie zu neuen Erkenntnissen aus der Schlafforschung. Auch digitale Lösungen und telemedizinische Ansätze werden als Antwort auf die steigenden Anforderungen in der Versorgung thematisiert.

### **In welchem Bereich hat die Schlafmedizin aus Ihrer Sicht aktuell Versorgungsdefizite und was könnte helfen?**

*Schöbel:* Ein Versorgungsdefizit besteht derzeit insbesondere in der flächendeckenden Diagnostik und Therapie von Schlafstörungen. Viele Patienten warten lange auf Termine bei Schlafmedizinern, was die frühzeitige Behandlung erschwert. Ein Lösungsansatz wäre der Ausbau telemedizinischer Angebote, die Patienten eine schnellere Diagnosestellung und Therapieeinleitung ermöglichen könnten. Auch eine stärkere Sensibilisierung der Hausärzte für schlafmedizinische Probleme könnte dazu beitragen, dass Schlafstörungen frühzeitig erkannt und behandelt werden.

*Frohnhofen:* Genau. Wichtig ist es, überhaupt den gestörten Schlaf als eine behandelbare Krankheit mit Einfluss auf viele Bereiche des privaten und öffentlichen Lebens wahrzunehmen. Die muss bei den betroffenen Patienten ansetzen. Hier leisten die zahlreichen Selbsthilfegruppen eine sehr wichtige Arbeit. Das Einbringen dieser Thematik in die Ausbildung an den Universitäten, wie auch bei den ärztlich tätigen Kollegen in der Niederlassung und in den Kliniken ist wichtig. Dazu dient auch dieser Kongress, der spezielle Formate genau für diese Zielgruppen von der DGSM adressiert. Das Ziel ist eine umfassende Fortbildung hinsichtlich des gestörten Schlafes.

*Nilius:* Im Vergleich mit anderen europäischen Ländern wird jedoch deutlich, dass sich in Deutschland eine schlafmedizinische Versorgung auf hohem Niveau findet. Aber z.B. die sich verändernde Altersstruktur unserer Gesellschaft bringt Herausforderungen mit sich. Traditionell wurden viele Patienten in Krankenhäusern behandelt. Zunehmend ist eine Verlagerung in ambulante Strukturen notwendig. Hierdurch wird sowohl die Ausbildung von jüngeren Schlafmedizinern beeinträchtigt, als auch die Finanzierung der Versorgung der Patienten gefährdet. Neue Ansätze wie die Telemedizin sind zwar wissenschaftlich interessant, eine Vergütung im Alltag existiert jedoch nicht und daher hat sich ein breiter Einsatz in der Praxis nicht etabliert. Die zahlreichen Patienten mit Insomnie finden bisher keine ausreichenden Therapieangebote. Die Behandlung von Kindern stellt besondere personelle Herausforderungen dar, ohne dass hierfür eine adäquate Vergütung erfolgt. Viele Ansätze werden diskutiert, aber tatsächlich ist die Finanzierung der Schlafmedizin gefährdet. Hier gibt es viel Arbeit zu leisten.

### **Gibt es schon telemedizinische Angebote, die den Versorgungsalltag unterstützen?**

*Schöbel:* Im Jahr 2024 gibt es tatsächlich bezüglich der Versorgungssituation in der schlafmedizinischen Diagnostik Defizite - nicht nur bezogen auf regionale Unterschiede. Telemedizinische Angebote haben jedoch an Bedeutung gewonnen - hier gibt es zunehmend Evidenz für den klinischen Nutzen im Rahmen der Diagnostik und Therapienachsorge. Diese Technologien erleichtern die Diagnose von Schlafstörungen, verkürzen die War-

---

#### Pressekontakt:

Romy Held  
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit  
Conventus Congressmarketing  
Tel. 03641/3116280  
Mobil: 0173/5733326  
E-Mail: romy.held@conventus.de

#### Veranstalter der Jahrestagung:

Deutsche Gesellschaft für Schlafforschung und  
Schlafmedizin (DGSM)  
www.dgsm.de  
www.dgsm-kongress.de

Gender-Hinweis: Aus Gründen der besseren Lesbarkeit verwenden wir die männliche Form. Wir meinen immer alle Geschlechter im Sinne der Gleichbehandlung. Die verkürzte Sprachform hat stilistische Gründe und ist wertfrei

## Presseinformation

tezeiten auf eine Behandlung und ermöglichen eine individualisierte Therapienachsorge. Telemedizin ermöglicht es somit, Patienten regelmäßig zu betreuen und Therapieerfolge besser nachzuverfolgen.

### **Welche unterschiedlichen Schwerpunkte haben Sie als Tagungsleiter jeweils aus dem breiten Gebiet der Schlafmedizin und Schlafforschung gesetzt?**

*Nilius:* Das Ruhrgebiet ist geprägt durch eine heterogene Kultur, die sich sowohl in den hier lebenden Menschen als auch in den Krankenhäusern widerspiegelt. Traditionell findet die Versorgung auch von komplex erkrankten Patienten weniger in Universitätskliniken statt, dies gilt ebenso für die Forschung. Es existieren viele frei-gemeinnützliche und städtische Krankenhäuser, die eine Versorgung auf höchstem Niveau bieten. Die lokale schlafmedizinische Gesellschaft (NRW-DSM) verbindet die verschiedenen schlafmedizinischen Berufsgruppen. Um dies zum Ausdruck zu bringen haben, haben wir uns entschlossen die Leitung für den Kongress in Essen als Quartett zu übernehmen. Dr. Winfried Hohnhorst leitet eine der größten HNO-ärztlichen Abteilungen und ist ein ausgewiesener Experte im Bereich der Schlafmedizin. Prof. Christoph Schöbel leitet ein großes universitäres Schlaflabor und führt große nationale Studien insbesondere im Bereich der Telemedizin durch. Prof. Frohnhofen ist als klinischer Geriater tätig und hat sich sowohl in der täglichen klinischen Arbeit als auch wissenschaftlich mit der Bedeutung von Schlaf für ältere Menschen beschäftigt. Und ich bin klinischer Pneumologe und ausgewiesener Spezialist für die schlafbezogene Atemstörung.

*Schöbel:* In diesem Jahr deckt also das Organisationsteam des Kongresses verschiedene wesentliche Schwerpunkte der Schlafmedizin ab. Einer ist die interdisziplinäre klinische Versorgung von Patienten mit Schlafstörungen, einschließlich neuer Therapieansätze und der Verbesserung der Diagnostik. Darüber hinaus wird die Digitalisierung in der Schlafmedizin hervorgehoben, einschließlich telemedizinischer Angebote und der Nutzung von Apps zur Schlafüberwachung.

### **Wie wichtig ist die gesetzliche Qualitätskontrolle für die Schlafmedizin?**

*Nilius:* Jede medizinische Behandlung findet unter einem Zeit- und Kostendruck statt. Insbesondere der Mangel an Fachkräften bedroht eine gute Versorgung. Daher ist eine Gefährdung der medizinischen Qualität in vielen Bereichen gegeben und fordert Gegenmaßnahmen. Die DGSM hat schon vor langer Zeit zur Qualitätssicherung ein Zertifizierungsverfahren für Schlaflabore ins Leben gerufen und damit eine Vorreiterrolle übernommen. Jedoch sind viele Bereiche der Schlafmedizin nicht durch dieses Zertifizierungsverfahren zu erfassen. Im Alltag endet nach der Entlassung aus dem Schlaflabor die Qualitätssicherung, aber die Behandlung mit Unterkiefer-Protrusionsschienen oder CPAP-Masken beginnt erst. Daher wäre eine sektorübergreifende Qualitätssicherung sinnvoll und könnte eventuell auf gesetzlichem Weg eingerichtet werden.

### **Welche Schlafprobleme treten im höheren Lebensalter am häufigsten auf und werden diese diagnostiziert und behandelt? Was ließe sich aus ihrer Sicht verbessern?**

*Frohnhofen:* Ältere Menschen klagen über eine Vielzahl von Schlafstörungen. Zu kurzer oder zu oft unterbrochener Nachtschlaf, Müdigkeit und Schläfrigkeit sind häufige Probleme. Der gestörte Schlaf hat zudem Einfluss auf den Alterungsprozess und ist mit einem erhöhten Sturzrisiko, einer abnehmenden Hirnleistung bis hin zu einer Demenz, gedrückter Stimmung und Pflegebedürftigkeit assoziiert. Die Diagnose erfolgt in der Geriatrie. Aber oft wird der Zusammenhang mit Schlafstörungen nicht gesehen. Daher sind hier noch viel Aufklärung und Weiterbildung erforderlich, wie jetzt auf dem DGSM-Kongress. Durch die Diagnose von Schlafstörungen und deren konsequente Behandlung lassen sich mit hoher Wahrscheinlichkeit die Lebensqualität und die kognitive und physische Leistungsfähigkeit älterer Menschen verbessern. Schlafmedizin muss ein obligater Bestandteil bei der Betreuung älterer Menschen werden.

---

#### Pressekontakt:

Romy Held  
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit  
Conventus Congressmarketing  
Tel. 03641/3116280  
Mobil: 0173/5733326  
E-Mail: romy.held@conventus.de

#### Veranstalter der Jahrestagung:

Deutsche Gesellschaft für Schlafforschung und  
Schlafmedizin (DGSM)  
www.dgsm.de  
www.dgsm-kongress.de

Gender-Hinweis: Aus Gründen der besseren Lesbarkeit verwenden wir die männliche Form. Wir meinen immer alle Geschlechter im Sinne der Gleichbehandlung. Die verkürzte Sprachform hat stilistische Gründe und ist wertfrei