



Mittagsseminar Continuum

Impulsreferat

Chronische Insomnie und moderne Behandlungsformen

Sehr geehrte Kolleginnen und Kollegen

Mit dem „Continuum: Psychiatrie & Psychotherapie im Fokus“ haben wir 2013 ein Fortbildungskolloquium und die Möglichkeit geschaffen, in kleinerem Rahmen ausgewählte Themen der Psychiatrie und Psychotherapie zu diskutieren. Der Schwerpunkt liegt auf verschiedenen Aspekten der Diagnostik und Behandlung psychischer Erkrankungen. Mittlerweile hat sich daraus, gemeinsam mit Kolleginnen und Kollegen aus Praxis und Klinik, ein Qualitätszirkel etabliert, welcher einen angenehmen Wissens- und Erfahrungsaustausch während eines gemeinsamen Lunchs ermöglicht. Das *Continuum* ist stets offen für neue Interessierte. Ein Impulsreferat skizziert ein bestimmtes Thema, welches Ausgangspunkt für eine vertiefte aber ungezwungene Diskussion darstellt.

Menschen verbringen einen Drittel ihres Lebens schlafend. Die Funktion von Schlaf ist nicht restlos aufgeklärt. Es existieren verschiedene (neuro)biologische und psychologische Hypothesen, welche Teilaspekte des Schlafs erklären, jedoch kein umfassendes Verständnis geben können.

Aus Sicht der Psychiatrie ist Schlaf insofern zentral, als dass dieser bei vielen psychischen Erkrankungen gestört ist. Auch wenn in ICD-11 Schlafstörungen eine eigene Kategorie darstellen, sind sie auch Bestandteil diagnostischer Kriterien psychischer Erkrankungen wie etwa der Depression. Dabei sind Schlafstörungen eine besondere therapeutische Herausforderung, da sie oft ein Leitsymptom darstellen und hohen Leidensdruck verursachen. Daher müssen Schlafstörungen, auch wenn sie Teil einer zugrundeliegenden psychischen Störung sind, oft gesondert und akut behandelt werden.

Dafür stehen einfache Verhaltensregeln und psychotherapeutische Massnahmen, sowie diverse medikamentöse Optionen zur Verfügung. Letztere reichen von Phytotherapeutia, Benzodiazepinen, Z-Drugs, Neuroleptika, Antidepressiva bis hin zuden neueren Orexin-Antagonisten. PD Dr. Dr. Ulrich Hemmeter ist ein wissenschaftlich international bekannter und therapeutisch erfahrener Kliniker. Er wird in seinem Referat auf die (Patho)-Physiologie des Schlafs eingehen und aufzeigen, wie Schlaf bei Depressionen und anderen psychischen Erkrankungen gestört ist. Er wird auch darlegen, welche Rolle das Alter auf den Schlaf hat und wie Schlafstörungen massgeschneidert und personalisiert erfolgreich behandelt werden können.

Wir freuen uns, Sie zum 46. Continuum einzuladen, welches wiederum ein spannendes klinisches Thema aufgreift. Wie immer werden wir ausreichend Zeit haben, um Ihre Fragen eingehend zu diskutieren.

Herzlicher Gruss

Erich Seifritz

20. März

Mittagsseminar
Continuum

QR zur Ausschreibung:



Organisatorisches

Referierende

PD Dr. med. Dr. phil. Ulrich
Hemmeter

Veranstaltungsort

Hotel St. Gotthard,
Bahnhofstrasse 87, 8001
Zürich

Datum der Veranstaltung
20.03.2025

Dauer der Veranstaltung
12:00-13:30Uhr

Teilnahmegebühr
kostenlos

