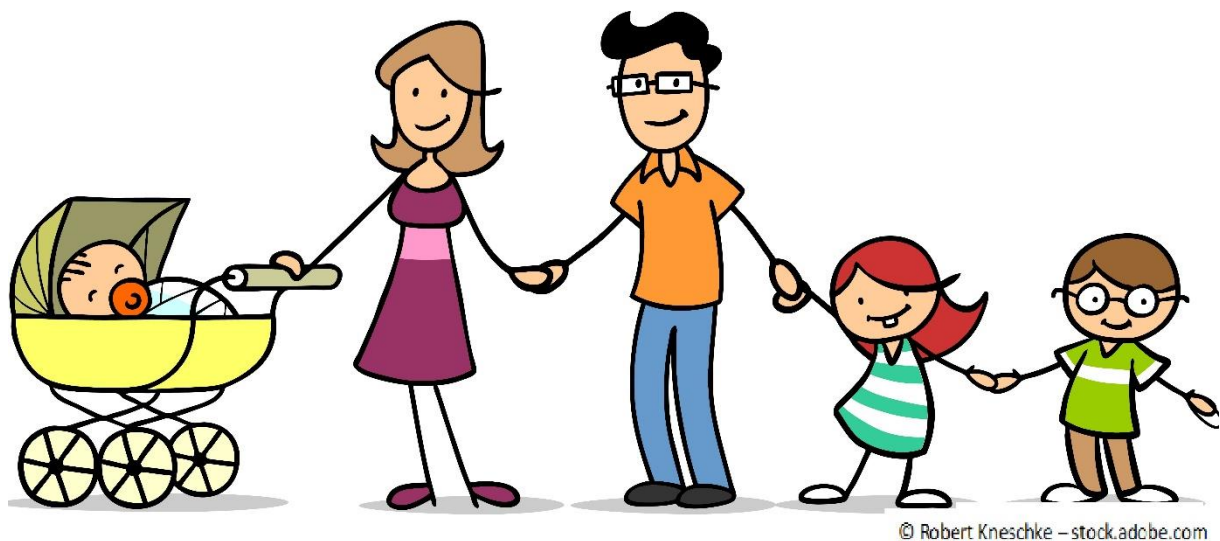


Erster norddeutscher Patientenkongress für Patienten mit Schlafstörungen, Eltern, Erzieher, Pflegefachpersonen, Hebammen, Ärzte, Zahnärzte.

Schlafmedizinische Experten Deutschlands referieren auf dem Patientenkongress in Wilhelmshaven.

Der Kongress „Schlafstörungen bei Kindern, Jugendlichen, und Erwachsenen“ mit 20 Experten findet am 21.9.2019 von 9:30 Uhr bis 16:00 Uhr in der Jade Hochschule in Wilhelmshaven statt. Die Besucher können sich in zwei Vortagsräumen über die Schlafstörungen bei Kindern und Jugendlichen oder bei Erwachsenen informieren. Auf der begleitenden großen Industrieausstellung gibt es viele praktische Tipps rund um den Schlaf sowie eine große Auswahl von Hilfsmitteln zur Therapie. Um die Eltern darüber aufzuklären, dass eine sichere Schlafumgebung das Risiko eines plötzlichen Kindstodes reduzieren kann, wird ein Babybett mit Informationen zum sicheren Babyschlaf die Industrieausstellung bereichern.



Ein aktueller Gesundheitsbericht informiert darüber, dass bis zu 70 % der Deutschen schlecht schlafen. Ein wesentlicher Teil von ihnen leidet durch die Schlafstörung an einer erheblichen Beeinträchtigung des Lebens bzw. des Erwerbslebens. Für sie und ihre Partner, für Eltern, Erzieher sowie Angehörige der Gesundheitsberufe gibt es zu wenig Möglichkeiten, sich umfassend über alle Facetten eines nicht erholsamen Schlafes sowie die Folgen zu informieren. Vielen Schlafgestörten ist nicht bekannt, dass die Schlafstörungen langfristige negative Auswirkungen haben, denn ohne einen ausreichenden Schlaf kann das Reparatursystem des Körpers seine Aufgaben nicht erfüllen. Nur wer ausreichend schläft,

stärkt sein Immunsystem und reduziert das Risiko für viele Erkrankungen wie Depressionen, Diabetes, Bluthochdruck, Herzinfarkt, Schlaganfall, Krebs, Alzheimer und Demenz.

Denken Sie nicht wie Rainer Werner Fassbinder. Er hielt den Schlaf für überflüssig:

„Schlafen kann ich noch wenn ich tot bin“

sprachs und verstarb mit 38 Jahren.

Um Licht in das Dunkel der Nacht zu bringen, haben die Schlafapnoe Selbsthilfegruppen rund um den Jadebusen gemeinsam mit schlafmedizinischen Experten den Kongress vorbereitet. Für Erkrankungen mit einer hohen Prävalenz (Krankheitshäufigkeit) wie zum Beispiel den Ein- und Durchschlafstörungen, der Schlafapnoe und dem Restless Legs-Syndrom gibt es Vorträge. Die Experten werden die jeweiligen Krankheitsbilder darstellen und - was besonders wichtig - ist über den aktuellen wissenschaftlichen Stand der Therapien berichten und neue Therapieformen vorstellen.

Schlaf macht: schön – schlank – klug - gesund und verlängert Leben!

Im zeitgleich stattfindenden Kongress geht es um Schlafstörungen bei Kindern und Jugendlichen. Hier haben wir einen bunten Strauß von Themen zusammengebunden. Kinderarzt, Schlafmediziner/HNO, Hebamme und eine Gynäkologin werden die Eltern aufklären und Fragen beantworten.

Ein aktuelles Thema ist der Schlaf von Säuglingen. Motiviert durch die aktuelle Kampagne des deutschen Kindervereins zum Babyschütteln „Schreien kann nerven. Schütteln kann töten“ wird das exzessive Schreien und die dadurch entstehende Überforderung der Eltern Thema eines Vortrags sein. Zwei Dipl.-Päd./ Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutinnen einer Schreiambulanz referieren über die nichtorganischen Ursachen des exzessiven Schreiens. In Ihrem Vortrag und geben den Betroffenen Eltern Hinweise wie sie mit der Überforderung umzugehen können.

Die Teilnahme am Kongress ist kostenlos.

6 Fortbildungspunkte, für beruflich Pflegende, Ärzte und Zahnärzte

Schlafapnoe Selbsthilfegruppen rund um den Jadebusen

Kontakt:

Reinhard Wagner,

Mobil 0176 555 93 652

Weserstr. 8

26382 Wilhelmshaven

w.agner@t-online.de

<https://www.schlafapnoe-selbsthilfegruppe.de/kongress-2019/>

