

INFORMATION

Datum

Donnerstag, 16. Mai 2024

Ort

Restaurant Säli-Schlössli,
oberhalb von Olten
www.saelischloessli.ch

Anmeldung

Mittels beiliegender Anmeldekarte
Die Teilnahme ist kostenlos

Aus organisatorischen Gründen bitten
wir Sie um Ihre **Anmeldung bis spätestens**
Freitag, 6. Mai 2024.

Organisation

marketing connection
Parkweg 9, 3626 Hünibach
Téléphone 079 750 62 67
E-mail: mail@marketing-connection.ch

Credits

SGPP: in Abklärung
SAPPM: 2.5

Das Sleep College wird unterstützt durch



EINLADUNG

Sleep College

Chronische Insomnie und der Traum vom erholsamen Schlaf

Restaurant Säli-Schlössli,
oberhalb von Olten
Donnerstag, 16. Mai 2024
18.30 – 20.00 Uhr
Im Anschluss Einladung zum Apéro

Organisation und Verantwortung:
PD Dr. med. Thorsten Mikoteit
Chefarzt Stv. Psychiatrische Dienste
Solothurner Spitäler AG; Leitender
Arzt der Behandlungszentren Angst &
Depression und Psychosomatik
Schlafmedizinisches Zentrum (ISZ)

Das Sleep College wird unterstützt durch



VORWORT

Liebe Kolleginnen und Kollegen

Die Klage über chronisch schlechten Schlaf ist in der Hausarztpraxis wie auch in der Psychiatrie sehr oft zu hören. Am häufigsten liegt eine Chronische Insomnie vor, wie sie nach ICD 10 F51.0 codiert wird. Um diese Diagnose sicherstellen zu können müssen sowohl ungünstige Schlafgewohnheiten wie auch andere Komorbiditäten und spezifische Schlafkrankheiten wie z. B. das Obstruktive Schlafapnoe-Syndrom ausgeschlossen werden. Die kürzlich erschienenen Schweizer Behandlungsempfehlungen zur Insomnie¹ geben in Anlehnung an die Europäische Leitlinien einen Abklärungsalgorithmus vor, der vor Einleitung einer symptomatischen Therapie befolgt werden sollte.

Wie bei allen chronischen Erkrankungen muss eine Behandlung sorgfältig geplant werden. Eine symptomatische Behandlung mit einem Hypnotikum ist bei der chronischen Insomnie keine nachhaltige Lösung. Vielmehr muss verstanden werden, dass die chronische Insomnie eine Störung des Hyperarousals ist.

Diese Problematik erklärt die mangelhafte Erholsamkeit des Schlafes wie auch die typischen Beeinträchtigungen am Tage.

In diesem Sleep College werden die State-of-the-Art Behandlungsstrategien der chronischen Insomnie im Detail vorgestellt und diskutiert. Vorrangig gelten kognitiv-verhaltenstherapeutische Interventionen als Mittel der ersten Wahl. Als besondere Neuerung werden erste Erfahrungen mit dem spezifischen Insomniemedikament Quviviq® (Daridorexant) vorgestellt.

Wir freuen uns, Ihnen mit diesem Fort- und Weiterbildungsabend ein wertvolles und praxisnahes Update zur Behandlung der Chronischen Insomnie geben zu können.

Mit herzlichen, kollegialen Grüssen



PD Dr. med. Thorsten Mikoteit
Chefarzt Stv./Leitender Arzt; Psychiatrische
Dienste soH AG; Interdisziplinäres Schlafzentrum

PROGRAMM

Sleep College Chronische Insomnie und der Traum vom erholsamen Schlaf

Restaurant Säli-Schlössli, oberhalb von Olten

Donnerstag, 16. Mai 2024

Referent

PD Dr. med. Thorsten Mikoteit
Leitender Arzt Solothurner Spitäler AG

- 18.30 Uhr Eintreffen
- 18.45 Uhr Chronische Insomnie und der Traum vom erholsamen Schlaf
- 19.30 Uhr Fragen – Antworten

Im Anschluss an die Veranstaltung laden wir Sie zu einem Apéro ein.