

I N H A L T

| | |
|--|----|
| Gefährlicher Doppelpack: DIABETES UND SCHLAFAPNOE | 6 |
| DURCHBLUTUNGSSTÖRUNGEN DER BEINE VERKÜRZEN LEBENSDAUER BEI DIABETES | 10 |
| DIABETES-NEWS | 12 |
| ABNEHMEN – JA GERN, ABER WIE? | 14 |
| Ursachen des Restless-Legs-Syndroms EIN ÜBERBLICK ZU AKTUELLEN FORSCHUNGSERGEBNISSEN | 18 |
| NEUES RISIKOGEN FÜR DIE NARKOLEPSIE ENTDECKT | 21 |
| KURZSCHLÄFER LEBEN GEFÄHRLICH | 22 |
| Placebo-Effekt: WIE WILLENSKRAFT WIRKT | 24 |
| INDIVIDUELLE BEATMUNGSMASKEN | 28 |
| Dresdener Forscher helfen Problempatienten DER WEG ZUR PERFEKTEN ATEMNASKE | 30 |
| JEDE NACHT „ZZZZZ...“ UND „PIEKS“? | 34 |
| Bett & Mehr AUS DEM ALLTAG EINES SCHLAFBERATERS | 37 |
| Gemeinsames Schlafzimmer – oder lieber doch nicht? WIE NÄCHTLICHE ZWEISAMKEIT SICH AUF DEN SCHLAF AUSWIRKT | 38 |
| SCHLAFMYTHEN | 40 |
| DIE ELF GEBOTE DES GUTEN SCHLAFENS | 42 |
| Wenn die innere Uhr „verrückt spielt“ HILFEN BEI SCHICHTARBEIT | 44 |