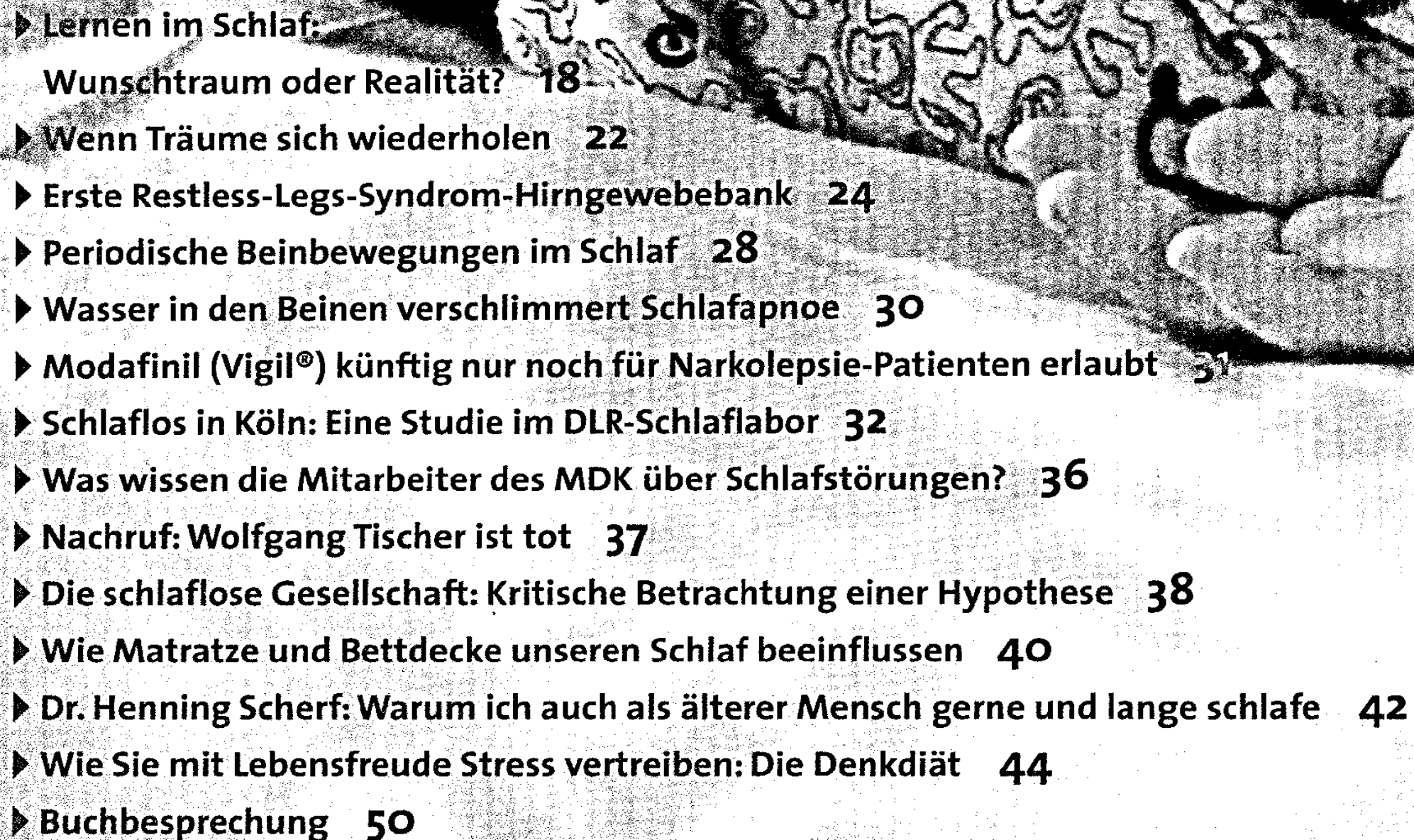


- ▶ **Schlafstörungen bei Kindern und Jugendlichen 6**
- ▶ **Warum manche Babys schlecht schlafen 10**
- ▶ **Risiko für plötzlichen Kindstod verringern 11**
- ▶ **Hilfe bei schwierigen medizinischen Problemen: Zentrum für Angewandte Prävention 12**
- ▶ **Richtiges Liegen – erholsamer Schlaf 15**
- ▶ **Schlafstörungen beeinträchtigen das Gedächtnis 16**



- 
- A black and white photograph of a bed with a patterned blanket and pillows. The blanket has a repeating pattern of stylized figures or animals. The pillows are also patterned. The background is dark and out of focus.
- ▶ **Lernen im Schlaf: Wunschtraum oder Realität? 18**
 - ▶ **Wenn Träume sich wiederholen 22**
 - ▶ **Erste Restless-Legs-Syndrom-Hirngewebebank 24**
 - ▶ **Periodische Beinbewegungen im Schlaf 28**
 - ▶ **Wasser in den Beinen verschlimmert Schlafapnoe 30**
 - ▶ **Modafinil (Vigil®) künftig nur noch für Narkolepsie-Patienten erlaubt 31**
 - ▶ **Schlaflos in Köln: Eine Studie im DLR-Schlaflabor 32**
 - ▶ **Was wissen die Mitarbeiter des MDK über Schlafstörungen? 36**
 - ▶ **Nachruf: Wolfgang Tischer ist tot 37**
 - ▶ **Die schlaflose Gesellschaft: Kritische Betrachtung einer Hypothese 38**
 - ▶ **Wie Matratze und Bettdecke unseren Schlaf beeinflussen 40**
 - ▶ **Dr. Henning Scherf: Warum ich auch als älterer Mensch gerne und lange schlafe 42**
 - ▶ **Wie Sie mit Lebensfreude Stress vertreiben: Die Denkdiet 44**
 - ▶ **Buchbesprechung 50**

RUBRIKEN

| | |
|---------------------------------|-----------|
| ABO-FORMULAR | 34 |
| SCHLAFAPNOE-SPRECHSTUNDE | 48 |
| WICHTIGE ADRESSEN | 49 |
| IMPRESSUM | 50 |