

Phänomen Schnarchen 6

Originell und wirksam: Asate-Didgeridoo gegen Schnarchen und Schlafapnoe 12

Mehr als bloße Lärmbelästigung: Schnarchen erhöht Schlaganfallrisiko! 14

Neue Therapie für obstruktive Schlafapnoe: Der Zungenschrittmacher 16

Studie zur Zungenschrittmacher-Therapie 17

Kongress des Schlafmagazins „Thementag Schlaf“ in Filderstadt 18

- **Schlafstörungen sind keine Bagatelle! 20**
- **Neues zum Thema Restless Legs 22**
- **Die Insomnie 24**
- **Narkolepsie: Eine neurodegenerative oder Autoimmunerkrankung? 28**
- **And the winner is ... SOMNUS-Verleihung 2011 30**

Erster Patientenkongress zum Thema Schlaf in Essen 32

28. „Traumtagung“ in Kerkrade. Ein Bericht 34

Welches Bettsystem passt zu mir? 36

Parkinson-Erkrankung und schlafbezogene Atmungsstörungen 37

Diabetes, Depressionen und Schlafapnoe 38

**Sicher und sorglos in den Urlaub fahren –
auch mit einer chronischen Erkrankung 40**

**Medikamentöse Behandlung von Schlafstörungen
im Kindes- und Jugendalter 42**

Tag der Verkehrssicherheit 2011 46

Kolumne: Anmerkungen zum Patientenkongress 47

Schlafapnoepatienten im Krankenhaus 50

Die Kunst zu schlafen:

Ein neuer Verein zeigt Internetpräsenz 50