

INHALT

Unsere schöne elektronische Welt Werden wir bald zu „gläsernen Patienten“?	6
Telemedizin zur Betreuung chronisch kranker Menschen Pilotprojekt des Robert-Bosch-Krankenhauses beugt Krankenhausaufenthalten bei COPD vor	10
Wer realisiert das Telemonitoring in der Schlafmedizin?	11
Gut für den Patienten? Auf zu neuen Ufern – Telemedizin!	12
23. DGSM-Jahrestagung in Mainz Leben wir in einer schlaflosen Gesellschaft?	14
Die Maske Problematisches Bindeglied zwischen Patient und Therapiegerät	20
Spannend und lehrreich Unsere Welt des Schlafs	22
Neuzeitlicher Schlafmangel – ein Irrtum? Unsere Vorfahren schliefen weniger als wir!	26
Kolumne Schlaflose Gesellschaft – Plädoyer für eine neue Schlafkultur	27
Wege aus der Abhängigkeit Warum manche Schlafmittel abhängig machen	28
Odyssee eines Schlafapnoe-Patienten Vom CPAP-Gerät zum Zungenschrittmacher	34
Mittagsschlaf wirkt sich positiv auf Langzeit-Blutdruckwerte aus	34
Mit Clostridien infizierter Schlafapnoe-Patient in der Klinik Mit dem Atemtherapiegerät im Krankenhaus	35


Die nächste Ausgabe des Schlafmagazins erscheint im Mai 2016

Grenzbereiche zwischen Narkolepsie und Schlafapnoe	
Schläfrig – aber von was?	36
.....	
Tierisch gut	
Neues Beatmungsgerät für die nichtinvasive Therapie	37
.....	
Zzoma Anti-Schnarchgürtel	
Eine Alternative für CPAP-Muffel	38
.....	
Einschlafhilfe ohne Nebenwirkungen	38
.....	
Wie geht es weiter mit der Adaptiven Servoventilations-Therapie (ASV)?	40
.....	
Handys, Smartphones, Tablets ...	
Wie gefährlich ist ständiger „Elektrosmog“?	42
.....	
Wenn die Beine Kopf stehen	44
.....	
Tipps von der AGR	
Die besten Vorsätze gegen Rückenschmerzen	44
.....	
Magisch	
Die Walpurgisnacht	46
.....	
Frühjahrsputz fürs Bett	47
.....	

RUBRIKEN	
Abo-Formular	39
Schlafapnoe-Sprechstunde	48
Adressen	49
Impressum	50

verstopfte Nase
wegen der Nasenmaske

CPAP-Therapie
und trotzdem schlechter Schlaf



CPAP pro
kostenlose Hotline: 0800 - 1407070
www.somnipax.eu

Hals-schmerzen
nach dem Aufwachen

Schlafen Sie mit offenem Mund?
Dann besteht die Gefahr, dass Ihr CPAP-Gerät nicht effektiv arbeitet. Unterbinden Sie die Mundatmung und befreien Sie sich von ungesundem Schlaf – das Mundstück somnipax CPAP pro hilft Ihnen dabei.

