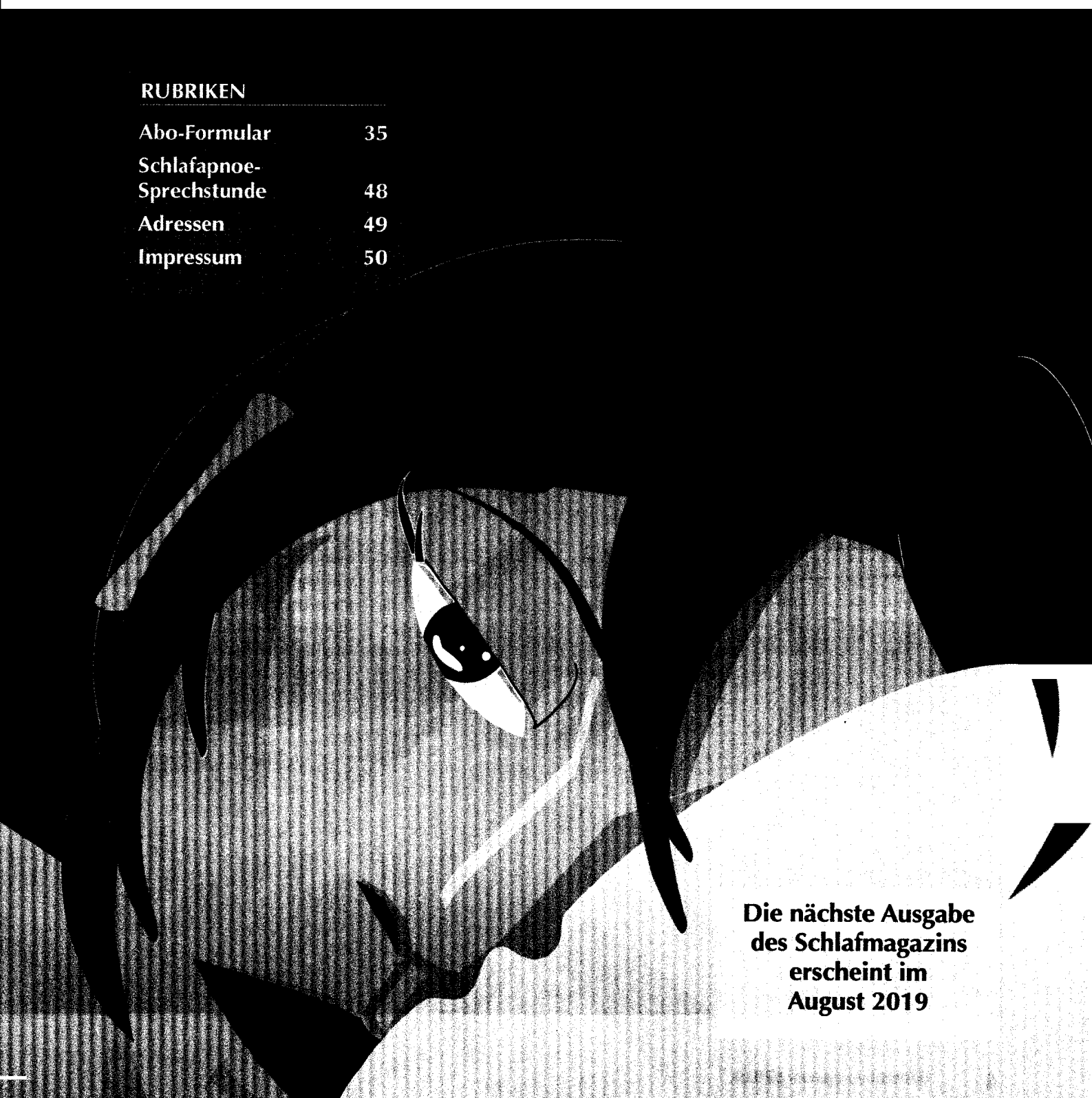


INHALT

Schlafzimmer und Bett: die Stiefkinder der deutschen Wohnkultur Ein Interview mit Boris Thomas	6
Ikea hat den Schlaf entdeckt! Die neue Schlafrevolution	10
Die besten Strategien für eine erfolgreiche Gewichtsreduktion	12
Wenn körperliche Erkrankungen am gestörten Schlaf schuld sind	20
Schlafstörungen: Ein Versuchsmodell für die sektorübergreifende Versorgung?	26
Perioperatives Management von Patienten mit obstruktiver Schlafapnoe	27
REM-Schlaf-Verhaltensstörung: Manchmal stecken Depressionen, Traumata oder eine Narkolepsie dahinter	28
Neueste Erkenntnisse: Obstruktive Schlafapnoe verändert die DNA!	32
Fragen zum CPAP-Gerät	34
Testschläfer gesucht	36
Restless Legs Syndrom und Fibromyalgie bei Migränepatienten besonders häufig	37
Leben mit Sauerstoff-Langzeittherapie	38
Kostenlose App für Patienten mit Restless Legs Syndrom	39
Studie zu Träumen bei Angststörungen	39
Sommerzeit ade? EU plant Abschaffung der Zeitumstellung bis 2021	40
Wie stellt man seine innere Uhr um?	42
Die Welt strebt nach besserem Schlaf	43
Heiße Tage – tropische Nächte	46

RUBRIKEN

Abo-Formular	35
Schlafapnoe- Sprechstunde	48
Adressen	49
Impressum	50



**Die nächste Ausgabe
des Schlafmagazins
erscheint im
August 2019**