

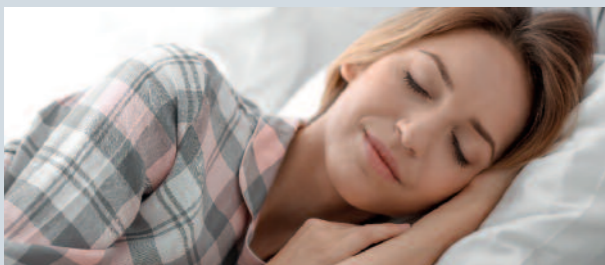


## Das Schlaflabor im DRK-Krankenhaus Neuwied

- besteht seit über 30 Jahren
- verfügt über 8 Plätze/Betten (ausgewiesen im Landeskrankenhausplan)
- betreut ca. 1000 Patienten mit Schlafstörungen jährlich
- erfüllt die hohen Qualitätsanforderungen der Deutschen Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin und ist seit 1998 als Schlaflabor der DGSM akkreditiert.

Erkrankungen wie z. B. Bluthochdruck, Zustand nach Herzinfarkt, Herzrhythmusstörungen, Schlaganfall, Sodbrennen und nächtliche Atemnot können eine Ursache für Schlafstörungen sein. Aus diesem Grund finden regelmäßig fachübergreifende Besprechungen statt, in denen Kardiologen, Pneumologen und Schlafmediziner auffällige Untersuchungsergebnisse diskutieren.

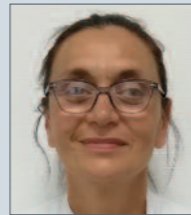
Das bedeutet für Sie beste medizinische Versorgung aus einer Hand!



## Ihre Ansprechpartner



**Dr. med. Gerhard Lauck**  
Chefarzt der Klinik für Innere Medizin II  
Internist/Kardiologe  
Interventionelle Kardiologie  
Invasive Elektrophysiologie



**Mariya Nebozhyna**  
Leiterin des Schlaflabors  
Funktionsoberärztin  
Internistin/Pneumologin



**Dr. med. Bernd Borzyk**  
Oberarzt  
Facharzt für Innere Medizin –  
Notfallmedizin  
Kardiologe – Interventionelle  
Kardiologie  
Pneumologie



**Kerstin Linke**  
Röntgenassistentin und MTA  
**Edith Greif**  
Krankenschwester und MTA

**Montag - Donnerstag:**  
8:00 Uhr - 13:00 Uhr  
**Freitag:**  
8:00 Uhr - 12:15 Uhr

Telefon (0 26 31) 98 13 44  
Fax (0 26 31) 98 13 91  
kerstin.linke@drk-kh-neuwied.de

## DRK Krankenhaus Neuwied

Akademisches Lehrkrankenhaus der Universität Bonn

### Hauptfachabteilungen:

- Anästhesie und Intensivmedizin
- Chirurgie (Allgemein-, Viszeral-, Thorax-, Unfall- und Gelenkchirurgie, Proktologie)
- Gefäßchirurgie
- Innere Medizin I (Gastroenterologie, Hepatologie, Diabetologie, Onkologie und Palliativmedizin)
- Innere Medizin II (Kardiologie, Pneumologie und Schlafmedizin)
- Neurochirurgie
- Pathologie
- Radiologie
- Zentrallabor

### Belegabteilungen:

- Augenheilkunde
- Hals-, Nasen- und Ohrenheilkunde
- Orthopädie

Marktstr. 104  
56564 Neuwied

Telefon (0 26 31) 98-0  
Fax (0 26 31) 98-10 02  
[info@drk-kh-neuwied.de](mailto:info@drk-kh-neuwied.de)  
[www.drk-kh-neuwied.de](http://www.drk-kh-neuwied.de)

**Klinik für Innere Medizin II**  
Kardiologie – Pneumologie –  
Schlafmedizin

**Dr. med. Gerhard Lauck**  
Chefarzt  
Telefon (0 26 31) 98-13 02  
Fax (0 26 31) 98-13 90  
[innere2@drk-kh-neuwied.de](mailto:innere2@drk-kh-neuwied.de)

## DRK Krankenhaus Neuwied

Akademisches Lehrkrankenhaus der Universität Bonn

# Schlaflabor

## Diagnose und Therapie für einen erholsamen Nachtschlaf

© DRK Krankenhaus Neuwied - Abt. GM - Patienteninformation - Stand 01/2021 - FLY 013 (Sonstige Bildquelle: Adobe Stock)





## Sehr geehrte Patienten,

gesunder Schlaf bildet die Grundlage für körperliches Wohlbefinden. Ohne Schlaf ist ein gesundes und aktives Leben nicht möglich. Jeder Vierte leidet unter Schlafstörungen, die zu verminderter Leistungsfähigkeit und seelischen Erkrankungen führen können. Es gibt weit über 80 verschiedene definierte Schlaf-Wach-Störungen.

### Häufige Krankheitsbilder sind:

Ein- und Durchschlafstörungen, unruhige Beine (Restless-legs), Einschlafneigung und Schlafzwang am Tage in langweiligen Situationen (Narkolepsie) und längere Atempausen mit Schnarchen während des Schlafens (Schlafapnoe-Syndrom).

Die Ursachen für Schlafstörungen sind vielfältig. Eine Untersuchung im Schlaflabor kann Ihnen helfen, die Art und die Ausprägung Ihrer Schlafstörung aufzudecken. Lassen Sie sich nicht von dem Begriff Schlaflabor verunsichern. Es handelt sich dabei lediglich um einen Schlafraum, in dem sich Messgeräte zur Beurteilung Ihrer Gehirntätigkeit, Herzrhythmus, Ihrer Atmung mit Sauerstoffsättigung und Ihrer Körperbewegung befinden. Die Geräte senden keine störenden Geräusche aus.

Danke für Ihr Vertrauen,  
herzlichst, Ihre

**Mariya Nebozhyna**  
Leiterin des Schlaflabors

## Die Wege zum Schlaflabor

Wurden bei Ihnen im Schlaf Atempausen bemerkt? Sind Sie nicht ausgeschlafen, tagsüber müde, leiden Sie unter Kopfschmerzen? Werden Sie nachts oft wach? Schnarchen Sie? Besteht ein Bluthochdruck?



Wenn Sie mehrere der genannten Symptome haben, sollten Sie zunächst Ihren Hausarzt aufsuchen und einige Voruntersuchungen durchführen lassen (z. B. Schnarch-Screening, HNO-Untersuchung).

Bei Verdacht auf einen behandlungsbedürftigen Befund erfolgt die Einweisung in das Schlaflabor zur Klärung der Ursachen. Die stationäre Untersuchung dauert meist nur zwei Nächte.



Nach dem Abendessen kommen Sie gegen 21:00 Uhr in das Schlaflabor. Aufgeklebte Elektroden am Körper zeichnen dann während der Nacht Signale auf, die später ausgewertet werden (Polysomnographie). Die Ergebnisse der Untersuchung werden während Ihres Aufenthaltes mit Ihnen besprochen. In der zweiten Nacht kann bereits, wenn nötig, eine entsprechende Therapie eingeleitet werden.

Sollten Sie eine nächtliche unterstützende Therapie mit einem Atemhilfsgerät benötigen, erhalten Sie oder ein von Ihrer Krankenkasse beauftragter Fachhändler die Verordnung.

## Tipps für einen erholsamen Schlaf

- Gehen Sie möglichst zur gleichen Zeit abends ins Bett
- Wählen Sie eine Ihnen angenehme Temperatur und Luftfeuchtigkeit im Schlafzimmer
- Vermeiden Sie spätes und reichhaltiges Essen
- Alkohol kann zu vermehrtem Schnarchen und Atemstillständen führen
- Rauchen belastet Ihre Rachenschleimhaut und die Atemwege
- Wählen Sie ggf. einfache Einschlafhilfen (Musik hören, lesen)
- Achten Sie auf gute Matratzen
- Nutzen Sie keine Wecker mit heller Zeitangabe
- Schließen Sie bei vermehrtem Umgebungslärm vorher die Fenster
- Vermeiden Sie abends stressauslösende Tätigkeiten

