Wie kann ich einen Termin vereinbaren?

Sie können sich während unserer Telefonsprechstunde anmelden:
Mittwoch: 10 h bis 12 h
Tel.: 089/4140-7422

Oder Sie wenden sich an unser Sekretariat:
Montag bis Donnerstag: 9 h bis 16 h
Freitag: 9 h bis 15 h
Tel.: 089/4140-4231
Fax: 089/4140-4245
Email: Schlaf-Info.ps@mri.tum.de

Schlafmedizinisches Zentrum

Ismaninger Str. 22, 81675 München

Leitung:

Dr. Dirk Schwerthöffer
Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie,
Somnologe DGSM

Mitarbeiter:

Dr. med. Claudia Leucht
Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie

Corina Pohl
Diplom-Psychologin

Technische Leitung:

Valentina Uka
Somnologin TA DGSM

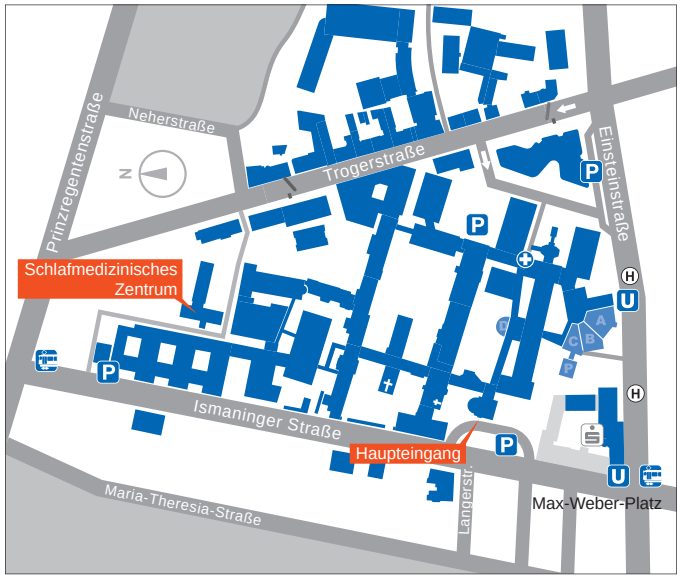
Sekretariat:

Tel.: 089/4140-4231
Fax: 089/4140-4245
Email: Schlaf-Info.ps@mri.tum.de

So erreichen Sie uns:

Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln:
Haltestelle: Max-Weber-Platz
U-Bahn: U4 / U5
Tram: 15 / 17 / 19 / 21 / 25
Bus: 155 / 9410

Da die Parkmöglichkeiten begrenzt sind und mit langen Anfahrtszeiten zu rechnen ist, empfehlen wir Ihnen, die öffentlichen Verkehrsmittel zu nutzen.



Klinikum rechts der Isar
Technische Universität München

Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie

Schlafmedizinisches Zentrum

Ismaninger Str. 22, 81675 München
Tel.: 089/4140-4231
Fax: 089/4140-4245
Email: Schlaf-Info.ps@mri.tum.de

Schlaf – Grundvoraussetzung für die Gesundheit

Regelmäßiger, ungestörter und ausreichender Schlaf ist eine der Grundvoraussetzungen für körperliche und seelische Gesundheit. Unter anderem beeinflusst der Schlaf das Gedächtnis, den Stoffwechsel, das Immunsystem, das Herz-Kreislauf-System und die Stimmung. Umfragen zufolge leiden 25% aller Erwachsenen an Schlafproblemen (Quelle: Statistisches Bundesamt). Die zugrundeliegenden Ursachen sind aber vielfältig und können nur durch eine differenzierte Untersuchung in einem schlafmedizinischen Zentrum identifiziert werden.

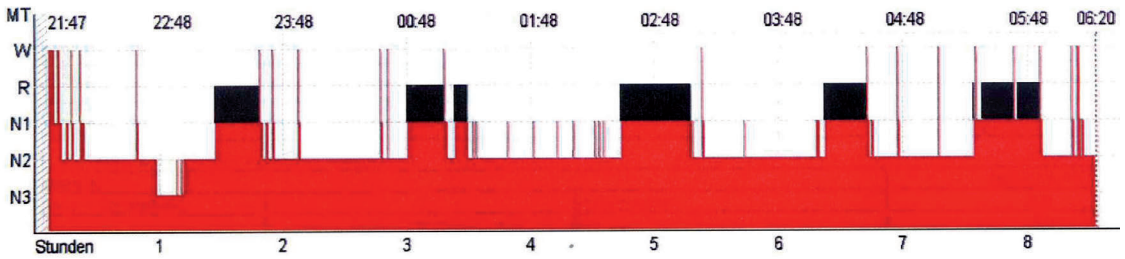
Symptome einer Schlafstörung

- Probleme beim Ein- und Durchschlafen
- Früherwachen
- keine Erholung durch Schlaf
- Tagesmüdigkeit
- Einschlafattacken am Tag
- unruhiger Schlaf
- nächtliche Atemaussetzer (teilweise mit starkem Schnarchen)
- unbewusste Handlungen (z.B. Schlafwandeln, Essen, Sprechen)

Mögliche Ursachen für Schlafstörungen

- Insomnie
- Obstruktives Schlafapnoe-Syndrom
- Restless Legs Syndrom und/oder periodische Beinbewegungen im Schlaf
- Störung des Schlaf-Wach-Rhythmus
- Hypersomnie (z.B. Narkolepsie)
- Parasomnie (z.B. Schlafwandeln, Pavor nocturnus, REM-Schlaf-Verhaltensstörung)
- Alpträume

Hypnogramm



Das Schlafmedizinische Zentrum am Klinikum rechts der Isar

Das Schlafmedizinische Zentrum ist seit 1992 von der Deutschen Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin (DGSM) akkreditiert. Unser interdisziplinäres Team untersucht das gesamte Spektrum schlafbezogener Störungen mit dem Schwerpunkt auf neuro-psychiatrische Schlafstörungen.

Wie läuft eine Untersuchung im schlafmedizinischen Zentrum ab?

1. Das Erstgespräch erfolgt in unserer schlafmedizinischen Ambulanz. Dabei werden allgemeinmedizinische, schlafmedizinische, psychiatrische und klinisch-psychologische Gesichtspunkte berücksichtigt.
2. Falls notwendig wird eine Untersuchung im Schlaflabor (Polysomnographie) durchgeführt. Diese umfasst in der Regel zwei Untersuchungsnächte. Zusätzlich können auch laborchemische Analysen, apparative Messungen (z.B. Elektroenzephalographie) oder eine Tagschlafuntersuchung (z.B. Multipler Schlaflatenz-Test) durchgeführt werden.
3. Auf Grundlage der Befunde dieser Untersuchungen wird eine schlafmedizinische Diagnose gestellt und eine individuelle Therapieempfehlung gegeben. In der Regel erfolgt diese im Rahmen eines weiteren Ambulanztermins.