



Pneumologie und Schlafmedizin

Haben Sie einen gesunden Schlaf?

SGSSC-zertifiziertes Zentrum für Schlafmedizin

Gesunder Schlaf

Warum ist gesunder Schlaf so wichtig?

Schlaf ist eine wichtige Voraussetzung für die Gesundheit und die Leistungsfähigkeit. Bleibt eine Schlafstörung unbehandelt, kann diese zu erheblichen gesundheitlichen Störungen wie Bluthochdruck, Beeinträchtigung des Leistungs- und Konzentrationsvermögens, Persönlichkeitsveränderungen sowie sozialen und beruflichen Schwierigkeiten führen.

Wer ist von Schlafstörungen betroffen?

Etwa 20 bis 30 Prozent der Bevölkerung leidet unter Schlafstörungen oder einer vermehrten Müdigkeit. Sowohl Männer wie Frauen können betroffen sein. Bei der Hälfte der Betroffenen liegt eine schwere behandlungsbedürftige Schlafstörung vor. Insbesondere Personen, die sehr stark schnarchen, sollten die Ursachen dafür abklären lassen.

Welche Schlafstörungen gibt es?

Am häufigsten kommen nächtliche Atemstörungen (Schlafapnoe-Syndrom) vor. Aber auch Ein- und Durchschlafstörungen, Schlafmangel, Störungen des Schlaf-Wach-Rhythmus, Depressionen oder nächtliche Bewegungsstörungen können Ursachen von Schlafstörungen sein.

Wie lässt sich eine Schlafstörung abklären?

Da Schlafstörungen eine Vielzahl von Ursachen haben können, ist eine sorgfältige Abklärung sehr wichtig. Die Abklärung erfordert die interdisziplinäre Zusammenarbeit zwischen Schlafmediziner, Lungenfacharzt, Ohren-Nasen-Hals-Arzt, Neurologe und Psychiater. Im Schlaflabor können Beschwerden durch weitergehende Untersuchungen abgeklärt werden.

Welche Therapien gibt es?

Da die Ursachen von Schlafstörungen unterschiedlich sein können, ist auch eine an den jeweiligen Patienten individuell angepasste Therapie nötig – von einer Beratung bis hin zur Beatmungstherapie.

Unsere Angebote

Zertifiziertes Schlafzentrum

Die Abteilung für Schlafmedizin am Stadtspital Triemli gehört zu den grössten des Kantons Zürich und ist eine interdisziplinäre Einrichtung. Sie gehört zu den zertifizierten Schlafzentren der Schweizerischen Gesellschaft für Schlafforschung, Schlafmedizin und Chronobiologie (SGSSC).

Ambulante und stationäre Abklärungen

Im Zentrum für Schlafmedizin werden sämtliche Arten von Schlafstörungen untersucht. Die erste Abklärung erfolgt in den meisten Fällen ambulant in unserer Spezialsprechstunde für Schlafstörungen. Für zusätzliche diagnostische Abklärungen – beispielsweise bei Verdacht auf ein Schlafapnoe-Syndrom – wird eine nächtliche Untersuchung im Schlaflabor durchgeführt.

Individuelle Therapie und Betreuung

Je nach Ergebnis der verschiedenen Abklärungen wird interdisziplinär eine individuelle Therapie empfohlen. Die Patientinnen und Patienten werden durch die zuständigen Spezialisten weiterbetreut.

Unsere Diagnostik- und Therapieangebote

- Polysomnographie
- Respiratorische Polygraphie
- Vigilanztest (Wachheitstest):
 - Multiple Sleep Latency Test (MSLT)
 - Maintenance of Wakefulness Test (MWT)
- Aktigraphie
- Beurteilung bezüglich Fahrtauglichkeit (hinsichtlich Einschlafneigung)
- Anpassung von nächtlichen Beatmungsgeräten (nicht invasiv/invasiv)

Anmeldung und Information

Tel. 044 416 35 47
pneumologie@triemli.zuerich.ch
triemli.ch/pneumologie

Unser Team

Unser Team setzt sich aus Lungenärzten (Pneumologen), Neurologen, Psychiatern, Psychologen, Ohren-Nasen-Hals-Spezialisten und einem erfahrenen Team von Schlaftechnikern zusammen.

KD Dr. med. Irène Laube
Leiterin



KD Dr. med. Dieter Scholtze
Leitender Arzt



Dr. med. Armin Zink
Leitender Arzt



Stadtpital Triemli Zürich
Abteilung für Pneumologie und Schlafmedizin
Birmensdorferstrasse 497
8063 Zürich
Tel 044 416 34 47
Fax 044 416 35 49
triemli.ch/pneumologie



Akkreditiert durch die Schweizerische
Gesellschaft für Schlafmedizin (SGSSC)