

Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie am Universitätsklinikum Freiburg erprobt neue Therapien gegen Schlafstörungen / Studienteilnehmer*innen gesucht

Etwa zehn Prozent der Menschen in Deutschland leiden an Ein- und Durchschlafstörungen. Häufig beeinträchtigen diese sogenannten Insomnien auch tagsüber die Leistungsfähigkeit und Befindlichkeit der Betroffenen. Wie sich Schlafstörungen bestmöglich behandeln lassen, untersuchen Schlafforscher*innen an der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie des Universitätsklinikums Freiburg in mehreren Studien, die – je nach Fragestellung – tagsüber oder im Schlaflabor stattfinden. „In unseren Schlaflaborstudien möchten wir besser verstehen, wie Insomnien grundsätzlich entstehen, während wir mit unseren Behandlungsstudien die bestehende psychotherapeutische Behandlung für alle Betroffenen verbessern wollen“, erläutert Studienleiter Prof. Dr. **Dieter Riemann**, der die Abteilung für Klinische Psychologie und Psychophysiologie der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie am Universitätsklinikum Freiburg leitet.

Schlafen für die Wissenschaft

Die Teilnehmer*innen der Schlaflaborstudie verbringen vier Nächte im Schlaflabor und erhalten umfangreiche schlafdiagnostische Untersuchungen. Die Teilnahme an dieser Studie wird vergütet. „Die Proband*innen helfen uns, die Ursachen und mögliche neue Behandlungswege bei Schlafstörungen zu identifizieren. Tagsüber können sie ganz normal ihrem Alltag nachgehen“, sagt Riemann.

Schnelle Behandlung auf höchstem Niveau

In den tagsüber stattfindenden Behandlungsstudien können Menschen mit Schlafstörungen von einer kognitiven Verhaltenstherapie profitieren, die in den aktuellen Leitlinien zur Behandlung von Insomnie empfohlen wird.

Teilnehmen können Personen ab 18 Jahren, die seit mindestens drei Monaten schlecht ein- oder durchschlafen. Sie sollten unter keinen anderen Schlafstörungen leiden oder schlafbeeinflussende Medikamente einnehmen, nicht im Nachtdienst arbeiten und sich nicht aktuell in Psychotherapie befinden. Ob eine Studienteilnahme möglich ist, wird vorab telefonisch besprochen. Interessent*innen können sich per E-Mail an schlafstudie@uniklinik-freiburg.de melden.