MedWiss.Online

Studie zu Schlafstörungen und Umgang mit Gefühlen

Ob Menschen mit Schlafstörungen ihre Gefühle schlechter regulieren können als Normalschläfer, untersuchen Forscher des Universitätsklinikums Freiburg in einer Studie / Teilnehmer gesucht

Verarbeiten Menschen mit chronischen Schlafstörungen Emotionen anders als Gesunde? Da Menschen mit Schlafproblemen öfter an Depressionen erkranken, ist diese Frage besonders relevant. Nun wird sie erstmals im Rahmen einer Studie an der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie des Universitätsklinikums Freiburg erforscht. Dafür werden jetzt Probanden mit und ohne Schlafstörungen gesucht. Bei den Teilnehmern wird fünf Tage lang die körperliche Aktivität gemessen und der Gemütszustand erfragt. Am Ende der Woche wird die Gefühlsregulation der Probanden noch einmal im Labor untersucht. Dafür müssen sie kurze Filmsequenzen ansehen und bewerten. Eine Übernachtung im Schlaflabor ist nicht nötig. Die Teilnehmer erhalten eine Aufwandsentschädigung. Die Studie wird von der Deutschen Forschungsgemeinschaft (DFG) finanziert.

„Sollte sich bestätigen, dass Menschen mit Schlafstörungen ihre Gefühle schlechter regulieren können, könnte man den Betroffenen mit einer passenden Therapie gezielt helfen“, sagt Prof. Dr. **Dieter Riemann**, Leiter der Abteilung für Klinische Psychologie und Psychophysiologie an der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie des Universitätsklinikums Freiburg. Bislang gibt es keine Studien zur Frage, ob Betroffene mit Schlaflosigkeit andere Strategien der Gefühlsregulation als gesunde Schläfer nutzen. Die Arbeitsgruppe von Prof. Riemann, in der die Studie durchgeführt wird, erforscht seit mehr als 20 Jahren Diagnostik, Verbreitung, Ursachen und therapeutische Möglichkeiten bei Schlaflosigkeit.

Teilnehmen können Männer und Frauen ab 18 Jahren, die gute oder schlechte Schläfer sind. Die Teilnehmer dürfen keine sonstigen körperlichen oder psychischen Erkrankungen haben, die den Schlaf beeinträchtigen. Nach einer Voruntersuchung zur Überprüfung des Gesundheitszustands erhalten die Probanden einen Brustgurt, der die Bewegungsaktivität, den Schlaf-Wach-Rhythmus sowie die Herzfrequenz registriert. „Mit einer Smartphone-App befragen wir die Probanden außerdem zu vier zufälligen Zeitpunkten zu ihrem Gemütszustand“, sagt Studienleiterin Dr. **Chiara Baglioni**, Wissenschaftlerin an der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie des Universitätsklinikums Freiburg. Am Ende der Woche werden bei den Probanden physiologische Reaktionen wie Herzaktivität, Hirnströme und Gesichtsmimik gemessen, während sie emotionale Filmsequenzen betrachten; zunächst ohne und dann unter Verwendung einer zuvor erlernte Strategie zur Emotionsregulation.

Interessenten an dieser am Universitätsklinikum Freiburg durchgeführten Studie können sich für weitere Informationen bei Dr. Chiara Baglioni per E-Mail an schlafstudie@uniklinik-freiburg.de oder telefonisch unter: 0761 270-65891 melden.

Alle Rechte: © MedWiss.Online / HealthCom | MWI | www.medwiss.de