

Schlafstörungen – Beratungswissen für die Apothekenpraxis

Ein- und Durchschlafstörungen sowie Konsequenzen eines nicht erholsamen Schlafes gehören zu den häufigsten Gesundheitsproblemen. Die Insomnie mit dem Hauptsymptom der Ein- oder Durchschlafstörung ist die häufigste Form der Schlafstörung und kann sowohl primär – ohne Hinweis auf verursachende physische oder psychische Erkrankungen – als auch sekundär – infolge anderer Erkrankungen oder Störungen – verursacht sein. Eine Selbstmedikation ist bei einer akuten Insomnie häufig möglich und kann die Tagesbefindlichkeit des Patienten verbessern. Im Rahmen der Selbstmedikation ist die Aufgabe des Apothekers/der Apothekerin zu entscheiden, ob eine Selbstmedikation möglich ist und welches Präparat am geeignetsten ist. Bei verordneten Schlafmitteln stehen dagegen sinnvolle ergänzende Beratungshinweise und das Erkennen und Lösen von arzneimittelbezogenen Problemen im Vordergrund.

Im Seminar werden anhand von Fallbeispielen die Beratung bei einem Selbstmedikationswunsch bei Schlafstörungen und bei einem verordneten Hypnotikum besprochen. Zudem werden Hintergrundinformationen zum Thema Schlaf gegeben, wie das physiologische Schlafprofil und die Klassifikation der Schlafstörungen. Eine Übersicht über Arzneistoffe, die bei Schlafstörungen eingesetzt werden, fasst notwendige Abgabehinweise zusammen und soll für häufige arzneimittelbezogene Probleme sensibilisieren.



Dr. Nina Griese-Mammen