

# Programm

10.00 Uhr

Begrüßung durch Wolfgang Palm,  
1. Vorsitzender der SHG Schlafapnoe Koblenz

10.05 Uhr

Videobotschaft der Schirmherrin Sabine Bätzing-Lichtenthäler,  
Fraktionsvorsitzende der SPD-Fraktion im Landtag von Rheinland-Pfalz

10.15 Uhr

„Welche Symptome und Beschwerden sollten schlafmedizinisch abgeklärt werden?“

Dr. med. Dieter Pöhlau,  
Ärztlicher Direktor Kamillus-Klinik, Asbach

11.10 Uhr

„Schlafapnoe: Was Ihr HNO-Arzt für Sie tun kann“

Dr. med. habil. Roland Jacob,  
Facharzt für HNO, Hör-Grenzhausen

11.55 Uhr

Mittagspause

12.25 Uhr

„Risiken einer nicht behandelten Schlafapnoe“

Dr. med. Selina Hein, Fachärztin für Innere Medizin/Pneumologie,  
Leitende Oberärztin Marienhof, Koblenz

13.15 Uhr

„Komplexe Schlafapnoe – welche Therapie empfiehlt der Schlafmediziner“  
Dr. Wolfgang Neumeister Facharzt für Innere Medizin, Pneumologie, Schlafmedizin,  
Chefarzt und Ärztlicher Direktor der Hufeland-Klinik Bad Ems

14.10 Uhr

„Nichterholbarer Schlaf... Ursachen abseits der Schlafapnoe“  
Dr. med. Christof Reiner, Facharzt für Innere Medizin,  
Pneumologie Kath. Klinikum Koblenz-Montabaur

15.05 Uhr

Resümee

## Infostände



Löwenstein medical



Deutsche Diabeteshilfe



Der Kreis – Club Behinderter und Ihrer Freunde  
Koblenz



## *Die neue Volkskrankheit „Schlafapnoe“.*

Die Bedeutung des Schlafs für Gesundheit und Wohlbefinden ist wissenschaftlich längst erwiesen. Rund ein Drittel unseres Lebens verschlafen wir. Aber ohne Schlaf geht es nun mal nicht.

Leider schlafen viele Zeitgenossen aber ziemlich miserabel. Die Mediziner kennen über 80 verschiedene Schlafstörungen.

Weit verbreitet sind Ein- und Durchschlafstörungen.

Ebenfalls weit verbreitet ist die Schlafapnoe. Man weiß heute, dass eine nicht behandelte Schlafapnoe schwerwiegende gesundheitliche Probleme nach sich ziehen kann: Diabetes,

Depression, Bluthochdruck, Herzinfarkt, Schlaganfall und Schlafapnoe schadet offenbar auch dem Gehirn, es steigt das Risiko der Entwicklung einer Demenz. Problematisch ist

auch die fehlende Schlaferholbarkeit. Falls es dadurch z.B. zu Sekundenschlaf am Steuer kommt, kann dies erhebliche juristische Konsequenzen haben. Doch es gibt für die Schlafapnoe gute Behandlungsmöglichkeiten.

Ziel des 1. Koblenzer Schlaftages ist es, über die Schlafapnoe, deren Risiken und deren Behandlungsmöglichkeiten zu informieren.

*Die SHG Schlafapnoe Koblenz und Umland e. V. wird gefördert von der Gemeinschaftsförderung der GKV unter Federführung der AOK Rhld.-Pfalz/ Saarland und unterstützt von Löwenstein Medical, Bad Ems*



*Die SHG Schlafapnoe Koblenz ist Mitglied im Bundesverband  
gemeinnützige Selbsthilfe Schlafapnoe Deutschland*

# 1. Koblenzer Schlaftag



*Schlafapnoe – die unterschätzte Gefahr  
einer neuen Volkskrankheit*

## Informationen rund um Schlafstörungen

### Wann?

Samstag,  
24. September 2022  
(10 bis 15 Uhr)

### Wo?

Haus Horchheimer Höhe  
Von-Galen-Straße 1-5  
56076 Koblenz



Organisiert von der SHG Schlafapnoe  
Koblenz und Umland e. V.



## Anmeldung zum 1. Koblenzer Schlaftag

Hiermit melde ich mich für die Teilnahme am 1. Koblenzer Schlaftag an.

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Ich bringe noch \_\_\_\_\_ Personen mit.

Diese Anmeldung möglichst bis zum **20.09.2022** zu senden an:

Selbsthilfe Schlafapnoe Koblenz & Umland e.V. 56323 Waldesch, Koblenzer Straße 24; oder per Mail an [schlafapnoekoblenz@aol.com](mailto:schlafapnoekoblenz@aol.com).

**Die Teilnahme ist kostenfrei! Die Veranstaltung wird nach den geltenden Bestimmungen der Coronapandemie durchgeführt**