

FAZ LIFE



wöchentliche Infos für Patienten und Freunde des FAZ

KW 10 - 11 | 07.03. - 20.03.2011

**Willst Du glücklich sein
im Leben, trage bei zu
anderer Glück.
Denn die Freude,
die wir geben, kehrt ins
eigene Herz zurück**

-J. W. Goethe -

18. März 2011 World Sleep Day

Der erste Weltschlaf-Tag (WSD) fand am 14. März 2008, unter dem Motto 'Schlafe gut, lebe ganz wach' statt. Der WSD ist eine jährliche Veranstaltung und soll ein Fest des Schlafes und ein Aufruf zum Handeln bezüglich wichtiger Fragen im Zusammenhang mit dem Schlaf, einschließlich Medizin, Bildung und sozialer Aspekte sein.

Es wird vom WSD Komitee der Weltvereinigung der Schlaf-Medizin (WASM) organisiert und hat zum Ziel, die Last von Schlaf-Problemen auf der Gesellschaft durch die bessere Verhinderung und dem Management von Schlafstörungen zu vermindern. Es muss darauf aufmerksam gemacht werden, dass

- Schlafstörungen weltweit zunehmen und die Gesundheit und die Lebensqualität von bis zu 45% der Weltbevölkerung beeinträchtigen
- hierdurch wesentliche gesundheitsökonomische Probleme entstehen
- den meisten Schlafstörungen vorgebeugt werden kann
- die meisten Schlafstörungen gut behandelbar sind.

Sie: "Was hat Dir der Arzt verordnet?"

Er: "Höhenluft und viel Bewegung!"

Sie: "Wunderbar! Du wolltest doch schon seit Jahren einmal den Dachboden aufräumen!"



- Ein besseres Wissen und eine intensivere Erforschung der Schlafstörungen können dazu beitragen die gesundheitsökonomischen Probleme zu mindern.

Zweiter Europäischer Narkolepsie Tag

Am 18.03.2011 findet zeitgleich der Europäische Narkolepsie Tag statt.

Das European Narcolepsy Network (EU-NN) hat den Europäischen Narkolepsie Tag vor einem Jahr ins Leben gerufen. Die nationalen „Narkolepsie Tage“ am 18.03.2011 und die darauf folgende „Narkolepsie Woche“ werden in allen europäischen Ländern und in Brasilien stattfinden. Zum Auftakt findet am 18.03.2011 in Rotterdam ein internationales Treffen statt. Erstmals nach vielen Jahren werden sich in diesem Rahmen auch Vertreter sämtlicher europäischer Narkolepsie-Selbsthilfegruppen treffen.

Narkolepsie= Im Volksmund auch „Schlafkrankheit“ oder „Schlammersucht“ genannt, gehört zur Gruppe der Schlafstörungen (Dyssomnie), der eine neurologische Erkrankung des Schlaf-Wach-Rhythmus zu Grunde liegt.

Sie äußert sich bevorzugt durch einen starken Schlafdrang, manchmal in einem ausgelösten Schlafzwang. In der Abgrenzung zum übermäßigen Schlaf (Hypersomnie) handelt es sich hierbei um eine systemische Störung, die nicht nur durch ein allgemein erhöhtes Schlafbedürfnis, sondern vor allem durch eine tiefgreifende Störung der Schlafrhythmik charakterisiert ist.

**Ein fröhliches Helau und
Alaaf
an alle unsere Patienten,
Mitarbeiter und
Kunden!!!**



Gestalten Sie die Themen unserer FAZLIFE aktiv mit! Welche Frage möchten Sie in einer unserer nächsten FAZ LIFE Ausgabe beantwortet haben? (Einfach in unseren Briefkasten einwerfen.) ☺

Ich wollte schon immer mal wissen _____
