

Dokumentation

der Erstellung
der Kurzinformation für Patienten
„Insomnie: schlaflose Nächte – Warum? Was hilft?“

August 2018



Foto: © Wordley Calvo Stock / Fotolia

Inhaltsverzeichnis

1. Erstellung	3
2. Verwendete Quellen	4
2.1 Zusätzliche Quellen.....	4
3. Methodik	4
4. Impressum	5

1. Erstellung

Das Ärztliche Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ) entwickelt im Auftrag von Kassenärztlicher Bundesvereinigung (KBV) und Bundesärztekammer (BÄK) Kurzinformationen für Patienten. Auf der Grundlage ärztlicher Leitlinien und nach den Prinzipien der evidenzbasierten Medizin werden kompakte Kurzinformationen erstellt, die leicht verständlich die wichtigsten Empfehlungen zu Behandlung und Umgang mit der Erkrankung vermitteln.

Alle Kurzinformationen des ÄZQ werden von Experten und Patientenvertretern geprüft. Die Kurzinformation zu Insomnie haben unterstützt:

- Prof. Dr. med. Erika Baum (Präsidentin der Deutschen Gesellschaft für Allgemeinmedizin und Familienmedizin (DEGAM) e.V., früher Abteilung für Allgemeinmedizin, Präventive und Rehabilitative Medizin, Philipps-Universität Marburg)
- Prof. Dr. rer. soc. Dipl.-Psych. Dieter Riemann (Zentrum für Psychische Erkrankungen, Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Medizinische Fakultät, Universität Freiburg)
- Helene Schwarz (Selbsthilfegruppe Ein- und Durchschlafstörungen in Klingenmünster und Limburgerhof)
- Werner Waldmann (Bundesverband Schlafapnoe und Schlafstörungen Deutschland (BSD) e. V.)

Die beteiligten Autoren wurden gebeten, ein Formular zur Erhebung etwaiger Interessenkonflikte auszufüllen. Diese werden am ÄZQ archiviert.

2. Verwendete Quellen

Die Kurzinformation für Patienten „Insomnie“ beruht vorwiegend auf der S3-Leitlinie „Nicht erholsamer Schlaf/Schlafstörungen, Kapitel „Insomnie bei Erwachsenen““ und der dazugehörigen DEGAM-Anwenderversion.

- Deutsche Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin (DGSM). Nicht erholsamer Schlaf/Schlafstörungen, Kapitel „Insomnie bei Erwachsenen“. Version 2.0. S3-Leitlinie. 2017 [cited: 2018-08-02]. www.awmf.org/uploads/tx_szleitlinien/063-003I_S3_Insomnie-Erwachsene_2018-02.pdf
- Deutsche Gesellschaft für Allgemeinmedizin und Familienmedizin (DEGAM). Insomnie bei Erwachsenen. DEGAM-Anwenderversion zur S3 Leitlinie "Nicht erholsamer Schlaf/Schlafstörungen". 2017 [cited: 2018-08-02]. www.awmf.org/fileadmin/user_upload/Leitlinien/063_D_Ges_fuer_Schlafforschung_und_Schlafmedizin/063-003p_S3_Insomnie-Erwachsene_2018-02.pdf

2.1 Zusätzliche Quellen

- Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG). Gesundheitsinformation.de. Schlafstörungen. 2017 [cited: 2018-08-02]. www.gesundheitsinformation.de/schlafstoerungen.2179.de.pdf
- Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG). Gesundheitsinformation.de. Was ist „normaler“ Schlaf? 2016 [cited: 2018-08-02]. www.gesundheitsinformation.de/was-ist-normaler-schlaf.2180.de.pdf
- Penzel T, Peter H, Peter JH. Schlafstörungen. Berlin: Robert-Koch-Inst; 2005 (Gesundheitsberichterstattung des Bundes; 27)

3. Methodik

Das Vorgehen bei der Erstellung von Kurzinformationen für Patienten wird in einem generischen Methodenreport ausführlich beschrieben.

- Ärztliches Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ), Kassenärztliche Bundesvereinigung (KBV), Bundesärztekammer (BÄK). Methodenreport zur Entwicklung von Kurzinformationen für Patienten (KiP). 2. Auflage, Version 1. 2016 [cited: 2018-08-02]. DOI: 10.6101/AZQ/000309. www.patienteninformation.de/mdb/downloads/kip/methodik/aezq-kip-patienten-methodik.pdf

4. Impressum

Verantwortlich für den Inhalt:

Ärztliches Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ)
Im Auftrag von Kassenärztlicher Bundesvereinigung (KBV)
und Bundesärztekammer (BÄK)
E-Mail patienteninformation@azq.de
Internet www.patinfo.org | www.azq.de



Kurzinformation „Insomnie“. Bitte wie folgt zitieren:

Ärztliches Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ), Kassenärztliche Bundesvereinigung (KBV), Bundesärztekammer (BÄK). Insomnie: schlaflose Nächte – Warum? Was hilft? 1. Auflage. 2018 (Kurzinformation für Patienten) [cited: YYYY-MM-DD]. DOI: 10.6101/AZQ/000413.
www.patienten-information.de/kurzinformationen/gesundheits-allgemein/insomnie