

Liebe Kolleginnen und Kollegen

Kaum jemand hat eine heutige Lebenserscheinung besser auf den Punkt gebracht als Dodo Hug mit ihrem Lied: «I ma nümm». Der Text scheint fast symptomatisch für unsere Zeit... «I ma nümm, i ha gnue, i ma nümm, i wott Rue... ir Badwanne ligge-n-u-nüt müesse tue... das ewige stresse macht mi no kabutt...»

Immer mehr Menschen klagen über Müdigkeit. Störend ist nicht die gesunde Müdigkeit nach vollbrachten Taten, sondern eine unangenehme, lähmende Müdigkeit, die das Leben beschwert und den Weg in die Depression ebnet. Häufig ist Müdigkeit vergesellschaftet mit einer Schlafstörung; oft stellt sich die Frage, was zuerst war: das Huhn oder das Ei?

Müdigkeit und Schlafstörungen gehören zu den häufigsten psychosomatischen Beschwerden. Spätestens wenn sich der Schlaf nicht selbstverständlich einstellt und morgens ein erholt Start in den Tag nicht mehr gelingt, denken Patienten darüber nach, was ein gesunder Schlaf ist. Und entwickeln dazu alle möglichen Mythen, kommen mit vorgefassten Meinungen und Konzepten in die Sprechstunde und stehen damit einer wirksamen Behandlung oft im Weg. Wird jedoch eine Schlafstörung nicht schnell angegangen, verselbständigt sie sich oft und entwickelt sich zu einer chronischen Störung.

Wir möchten Sie mit unserer Tagung umfassend auf den heutigen Stand des Wissens zu Müdigkeit und Schlaf bringen. Angefangen mit der Chronobiologie und den zirkadianen Rhythmen, die auch den Bereich der Depression abdecken, zu Fragen wie: Was ist eigentlich gesunder, was pathologischer Schlaf? Was ist Fatigue, was versteht man heute unter Chronique Fatigue Syndrome? Welche differentialdiagnostischen Überlegungen muss ich als Ärztin oder Arzt anstellen? Wie steht es mit Müdigkeit bei Kindern? Und fragen Sie Ihre Patienten auch nach ihren Träumen, denn was wäre der Schlaf ohne die Träume?

Wir hoffen, mit unserem Programm und den spannenden Referentinnen und Referenten Ihr Interesse zu wecken, und freuen uns, Sie an unserer Tagung «Psychosomatik, Müdigkeit und Schlafstörungen» begrüßen zu dürfen.

Freundliche Grüsse
Klinik Schützen Rheinfelden

Dr. med. Kathryn Schneider
FMH Innere Medizin
Leitende Ärztin
Klinik Schützen Rheinfelden

Dr. med. Pierre Loeb
FMH Allgemeinmedizin
Psychosomatische und Psychosoziale Medizin SAPP
Past-Präsident SAPP

Dr. med. Hanspeter Flury
FMH Psychiatrie und Psychotherapie
Chefarzt und Ärztlicher Direktor
Klinik Schützen Rheinfelden

Programm

08.30 – 09.00	Eintreffen, Registrierung, Kaffee
09.00 – 09.10	Begrüssung, Einleitung Dr. med. Hanspeter Flury Chefarzt und Ärztlicher Direktor, Klinik Schützen Rheinfelden
09.10 – 09.50	Zirkadiane Rhythmen und Depression: Chronobiologische Behandlungsmöglichkeiten Professor Dr. Anna Wirz-Justice Warum werden die schnellstwirksamen, nicht pharmakologischen, antidepressiven Massnahmen mit kaum Nebenwirkungen – Lichttherapie und Schlafentzug (Wachtherapie) – nicht häufiger und regelmässig bei affektiven Störungen eingesetzt?
09.50 – 10.40	Von gesundem und pathologischem Schlaf Professor Dr. med. Martin Hatzinger Überblicksreferat zum aktuellen Stand in der Diagnostik und Therapie von Insomnien und Hypersomnien.
10.40 – 11.10	Pause
11.10 – 12.00	Parasomnien und AD(H)S als Ursache von Tagesschläfrigkeit und Schlafstörungen Dr. med. Werner Entenmann Parasomnien werden meist klinisch relevant wegen sozialer Störfaktoren. Sie können aber auch mit Tagesschläfrigkeit und anderen Erkrankungen in Verbindung gebracht werden. Die Krankheitsbilder werden dargestellt und mit Videosequenzen unterlegt. AD(H)S beim Erwachsenen präsentiert sich nicht selten in Form von Schlafstörungen oder Tagesschläfrigkeit. Die Zusammenhänge werden dargestellt.
12.00 – 12.50	«Das Krokodil ist unter meinem Bett». Kindliche Schlafprobleme Dr. phil. Binia Roth Schlafschwierigkeiten beim Kind bewegen sich auf einem Kontinuum zwischen normaler Entwicklung und manifesten Schlafstörungen, in einem Spannungsfeld zwischen Erziehung und Pathologie. Kinderpsychiatrische Komorbiditäten sind häufig.
12.50 – 14.15	Mittagessen (Klinikführung ab 13.45 Uhr für Interessierte)
14.15 – 15.45	Workshops (Beschrieb siehe nächste Seite)
15.45 – 16.00	Pause
16.00 – 17.00	Träume in Forschung und Praxis Professor Dr. Michael Schredl Es werden sowohl Ergebnisse der modernen Traumforschung (Einfluss von Wachleben auf Träume bzw. Einfluss von Träumen auf das Wachleben) als auch praktische Aspekte im Umgang mit Träumen und Alpträumen vorgestellt.
17.00	Apéro

Workshops

Workshop 1 Chronobiologische Behandlungsmöglichkeiten

Professor Dr. Anna Wirz-Justice
Die Frage nach dem Wie, Was, Wann, und bei wem wird diskutiert und erläutert.

Workshop 2 Zu viel und / oder zu wenig Schlaf – wie weiter?

Professor Dr. med. Martin Hatzinger
Interaktiver Workshop zum Thema Schlafstörung mit Fallbeispielen aus der Praxis. Das Mitbringen eigener Fallvignetten wird vom Referenten gewünscht.

Workshop 3 Schlafstörungen in der nicht spezialisierten Praxis

Dr. med. Werner Entenmann
Schlafstörungen spielen in nahezu allen medizinischen Fachgebieten eine wichtige Rolle. Hier sollen einfache Tools vorgestellt und vermittelt werden, diese zu erfassen und erste Schritte einzuleiten. Fallbeispiele der Teilnehmer sowie Bedürfnisse gegenüber den Spezialisten können diskutiert werden.

Workshop 4 Kindliche Schlafschwierigkeiten in der Praxis

Dr. phil. Binia Roth
Anhand von konkreten Fallbeispielen werden der Umgang mit dem Schlafprotokoll, schlafhygienische Massnahmen bei kleinen Kindern sowie Teenagern und Erziehungsstrategien vermittelt.

Workshop 5 Umgang mit Träumen und Alpträumen

Professor Dr. phil. Michael Schredl
Das Verstehen von Träumen gelingt häufig durch einfache Fragen, die den Zusammenhang zwischen Erleben im Traum und dem aktuellen Wachleben herstellen. Beim Umgang mit negativen Träumen und Alpträumen hat es sich bewährt, den Traum nachträglich zu «bearbeiten», d.h. sich neue Verhaltensweisen für die Alpträumsituation auszudenken und diese in der Vorstellung einzuüben.

Workshop 6 Cancer-related Fatigue – mehr als nur müde!

Dr. med. Christine Szinnai, Doris Soder und Andreas Haude
Die Cancer-related Fatigue ist eine der häufigsten Beschwerden von Krebspatienten, sowohl während als auch nach der onkologischen Behandlung. Sie beeinträchtigt die Lebensqualität der Patienten entscheidend, ist aber sowohl für die Betroffenen als auch für uns als Behandelnde schwer fassbar. Wir versuchen, anhand von Fallbeispielen die Fatigue-Symptomatik genauer zu erfassen und mögliche Behandlungsformen in unserem interdisziplinären Therapiesetting zu erläutern.

Workshop 7 Die unerklärliche Müdigkeit: Wie weiter bei fehlenden Befunden?

Professor Dr. med. Peter Keel
Vorerst wird ein Überblick gegeben über mögliche Ursachen von «idiopathischer» chronischer Müdigkeit. Anschliessend wird ein «Stressmodell» vorgestellt, welches sich als «Raster» für die weitere Beratung oder Psychotherapie eignet. Es integriert charakteristische Verhaltensmerkmale von Patienten mit stressbedingten Störungen (speziell Fibromyalgie, chronique fatigue syndrome, somatoforme Störungen und Burnout). Anhand von Fallbeispielen wird gezeigt und diskutiert, wie dieses Modell in der Therapie angewendet wird und wie mit Widerständen gegen Veränderungen umgegangen werden kann.

Nicht frankieren
Ne pas affranchir
Non affrancare

Invio commerciale-risposta
Envoi commercial-réponse

Geschäftsantwortsendung

Klinik Schützen Rheinfelden
Rheinfelder Tage Psychosomatik
Tagungssekretariat
Bahnhofstrasse 19
CH-4310 Rheinfelden

«Rheinfelder Tage Psychosomatik», 21. September 2012

Ich melde mich hiermit verbindlich für die 20. «Rheinfelder Tage Psychosomatik» an.

- Symposium, Freitag 21. September 2012**
Die Tagungsgebühr inkl. Mittagessen und Pausenverpflegung beträgt CHF 230.– / SAPPM-Mitglieder CHF 210.– / Assistenzärzte CHF 80.–

- Ich esse vegetarisch** **Ich bin SAPPM-Mitglied** **Ich bin Assistenzarzt**

Ich melde mich für folgenden Workshop an (bitte auch 2. und 3. Wahl angeben):

1 2 3

- Workshop 1 «Chronobiologische Behandlungsmöglichkeiten»**
Professor Dr. Anna Wirz-Justice
- Workshop 2 «Zu viel und / oder zu wenig Schlaf»**
Professor Dr. med. Martin Hatzinger
- Workshop 3 «Schlafstörungen in der nicht spezialisierten Praxis»**
Dr. med. Werner Entenmann
- Workshop 4 «Kindliche Schlafschwierigkeiten in der Praxis»**
Dr. phil. Binia Roth
- Workshop 5 «Umgang mit Träumen und Alpträumen»**
Professor Dr. phil. Michael Schredl
- Workshop 6 «Cancer-related Fatigue – mehr als nur müde!»**
Dr. med. Christine Szinnai, Doris Soder und Andreas Haude
- Workshop 7 «Die unerklärliche Müdigkeit»**
Professor Dr. med. Peter Keel

Anmeldeschluss: 12. September 2012

Vorname, Name _____

Titel, Stellung, Funktion _____

Adresse _____

PLZ, Ort _____

Telefon _____ Fax _____

E-Mail _____

Unterschrift _____ Stempel _____

Professor Dr. med. Anna Wirz-Justice emeritierte Leiterin Zentrum für Chronobiologie, Universitäre Psychiatrische Kliniken Basel.
Publikationen: Diverse Publikationen in Büchern und Fachzeitschriften

Professor Dr. med. Martin Hatzinger Psychiatrie und Psychotherapie FMH, Allgemeinmedizin FMH, Chefarzt Erwachsenenpsychiatrie Psychiatrische Dienste Solothurn, Professor für Psychiatrie Medizinische Fakultät Universität Basel.
Publikationen: Diverse Publikationen, Bücher und Kongressbeiträge

Dr. med. Werner Entenmann Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Leitender Arzt Klinik für Schlafmedizin Bad Zurzach.

Dr. phil. Binia Roth Kinderpsychologin, Psychotherapeutin FSP, Leitende Psychologin Kinder- und Jugendpsychiatrie Kantonsspital Brunderholz Baselland.

Professor Dr. phil. Michael Schredl Wissenschaftlicher Leiter Schlaflabor, Zentralinstitut für Seelische Gesundheit Mannheim (D).
Publikationen: Der Traum (UTB, 2008)

Dr. med. Christine Szinnai Fachärztin für Innere Medizin FMH, Oberärztin, Abteilung für Psychosomatik und Psychosomatische Onkologie, Klinik Schützen Rheinfelden.

Doris Soder Psychotherapeutin, Abteilung für Psychosomatik und Psychosomatische Onkologie, Klinik Schützen Rheinfelden.

Andreas Haude dipl. Physiotherapeut HF, Leiter Physiotherapie, Klinik Schützen Rheinfelden.

Professor Dr. med. Peter Keel Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie FMH, Chefarzt Klinik für Psychiatrie und Psychosomatik, Bethesda-Spital Basel.
Publikationen: Diverse Buchkapitel; «Schmerzen und Müdigkeit – Diagnose und Behandlung der Fibromyalgie». In: Hausarzt Praxis 2012, 8–9, S. 4–8

Dank an unsere Partner

Sponsoren



Medienpartner



Die «Rheinfelder Tage Psychosomatik» richten sich an Ärztinnen und Ärzte aus allen Bereichen der Medizin. Die Veranstaltung wird von der SAPPM für die Rezertifizierung des Fähigkeitsausweises «Psychosomatische und Psychosoziale Medizin» anerkannt.

Als Fortbildung anerkannt:

- SGAM



- SGPP 7 Credits
- SAPPM 6.5 Credits
- SGIM Für Internisten im Rahmen der erweiterten Weiterbildung anrechenbar.

Von weiteren Fachgesellschaften anerkannt als allgemeine, nicht fachspezifische Fortbildung.

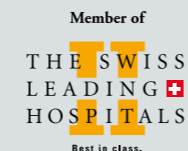
Teilnahme und Hinweise:

Die Tagungsgebühr inkl. Mittagessen und Pausengetränke am 21. September 2012 beträgt CHF 230.– (SAPPM-Mitglieder CHF 210.–/ Assistenzärzte CHF 80.–). Die Rechnung für die Tagungsgebühr wird Ihnen zugestellt. Ihre Anmeldung wird erst mit der erhaltenen Bestätigung gültig. Aufgrund der grossen Nachfrage und der beschränkten Platzzahl empfehlen wir Ihnen eine möglichst rasche Anmeldung. Abmeldungen nach dem **12. September** können **nicht** rückvergütet werden. Ersatzteilnehmende sind jedoch willkommen.

Klinik und Hotel Schützen Rheinfelden befinden sich an der Bahnhofstrasse 19, wenige Schritte vom Bahnhof, Richtung Altstadt.

Unsere nächsten Fortbildungen

- | | |
|---------------------------|---|
| 27. September 2012 | «Tagung Rheinfelden medical – der chronische Patient» |
| 13. Dezember 2012 | «Rheinfelder Tage Psychosomatik und Arbeit» |
| 17. Januar 2013 | «Psychoonkologietagung» |



Klinik Schützen Rheinfelden
Psychosomatik | Psychiatrie | Psychotherapie
Bahnhofstrasse 19, CH-4310 Rheinfelden,
Telefon 061 836 26 26, Fax 061 836 26 20
info@kliniksuetzen.ch, www.kliniksuetzen.ch



Rheinfelder Tage Psychosomatik

Einladung zum Symposium

Psychosomatik und Müdigkeit

Freitag, 21. September 2012

Eine Veranstaltung
der Schweizerischen Akademie für Psychosomatische
und Psychosoziale Medizin SAPPM

und der Klinik Schützen Rheinfelden

www.sappm.ch
www.kliniksuetzen.ch

