

Schlafstörung (Insomnia)

Leitlinie

Empfehlungen der Fachgesellschaft zur Diagnostik und Therapie hämatologischer und onkologischer Erkrankungen

Herausgeber

DGHO Deutsche Gesellschaft für Hämatologie und
Medizinische Onkologie e.V.
Alexanderplatz 1
10178 Berlin

Geschäftsführender Vorsitzender: Prof. Dr. med. Lorenz Trümper

Telefon: +49 (0)30 27 87 60 89 - 0
Telefax: +49 (0)30 27 87 60 89 - 18

info@dgho.de
www.dgho.de

Ansprechpartner

Prof. Dr. med. Bernhard Wörmann
Medizinischer Leiter

Quelle

www.onkopedia.com

Die Empfehlungen der DGHO für die Diagnostik und Therapie hämatologischer und onkologischer Erkrankungen entbinden die verantwortliche Ärztin / den verantwortlichen Arzt nicht davon, notwendige Diagnostik, Indikationen, Kontraindikationen und Dosierungen im Einzelfall zu überprüfen! Die DGHO übernimmt für Empfehlungen keine Gewähr.

Inhaltsverzeichnis

1 Definitionen	2
2 Risikofaktoren	2
3 Anzeichen	2
5 Literatur	2
6 Anschriften der Verfasser	3
6 Erklärungen zu möglichen Interessenkonflikten	3

Schlafstörung (Insomnia)

Stand: Juni 2017

Erstellung der Leitlinie:

- [Regelwerk](#)
- [Interessenkonflikte](#)

Autoren: Harald Bielitz

1 Definitionen

Unterbrechung der Dauer und Qualität des Schlafs, die zu einer Beeinträchtigung im Alltag führt. (00095) [2]

Insomnie ist eine Art von Schlaf mit den spezifischen Merkmalen: chronische Unfähigkeit, eine Nacht oder eine geplante Schlafperiode durchzuschlafen, trotz komfortabler Position in einer geeigneten Umgebung. Wachsein, Schlaflosigkeit häufig verbunden mit psychologischen oder physischen Faktoren wie: emotionaler Stress, Angst, Schmerzen, Unwohlsein, Spannungen, Störungen der Zerebralfunktion und Drogenmissbrauch. (1A.1.1.1.11.1.4) [1]

2 Risikofaktoren [2]

- Angst
- Furcht
- Physisches Unbehagen (z. B. Schmerz, Übelkeit)
- Stress
- Aktivitätsmuster (z. B. Zeiten, Umfang)
- Medikation
- Umgebungsbedingte Faktoren (z. B. Lärm, zu helle Umgebung)
- Unterbrechungen des Schlafs

3 Anzeichen [2]

- Patient berichtet über Einschlafschwierigkeiten
- Patient berichtet über Durchschlafschwierigkeiten
- Patient berichtet über Unzufriedenheit mit dem Schlaf (gegenwärtig)
- Patient berichtet über Stimmungsveränderungen
- Patient berichtet über verschlechterten Gesundheitszustand/ verschlechterte Lebensqualität
- Beobachtete Veränderungen der Gefühlsregungen
- Beobachteter Energiemangel

5 Literatur

1. Hinz M, Dörre F, König P, Tackenberg P: *ICNP Internationale Klassifikation für die Pflegepraxis*. S. 186. Verlag Hans Huber, Bern 2003.

2. NANDA International (Hrsg.): *Pflegediagnosen Definitionen und Klassifikation 2009 - 2011*. S. 140/141. Recom, Kassel 2010.

6 Anschriften der Verfasser

Harald Bielitz

BSZ für Gesundheit und Sozialwesen

Karl August Lingner

Maxim-Gorki-Str. 39

01127 Dresden

hbielitz@web.de

6 Erklärungen zu möglichen Interessenkonflikten

nach den Regeln der DGHO Deutsche Gesellschaft für Hämatologie und Medizinische Onkologie und den Empfehlungen der AWMF (Version vom 23. April 2010) und internationalen Empfehlungen