

# 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. Hermann Einsele

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

[info@dgho.de](mailto:info@dgho.de)  
[www.dgho.de](http://www.dgho.de)

## **Ansprechpartner**

Prof. Dr. med. Bernhard Wörmann  
Medizinischer Leiter

## **Quelle**

[www.onkopedia.com](http://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

<b>1 Definitionen</b> .....	<b>2</b>
<b>2 Risikofaktoren</b> .....	<b>2</b>
<b>3 Anzeichen</b> .....	<b>2</b>
<b>5 Literatur</b> .....	<b>2</b>
<b>6 Anschriften der Verfasser</b> .....	<b>3</b>
<b>6 Erklärungen zu möglichen Interessenkonflikten</b> .....	<b>3</b>

# 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](mailto: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