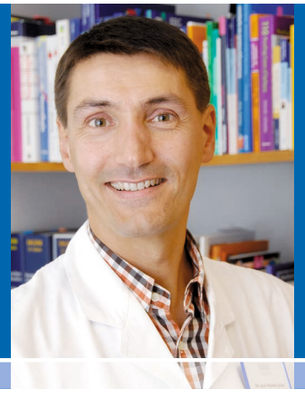
Уважаемые дамы и господа,

дорогие пациенты,

Нарушения сна относятся к числу наиболее частых жалоб населения и очень часто появляются при неврологических заболеваниях. Клиники Шмидер осуществляют диагностику и лечение всех видов нарушений сна. Благодаря их лечению во многих случаях улучшается не только прогноз, но и качество жизни пациентов.



Д-р мед. Мануэль Кристиан Эглау

Директор центра медицины сна

Специалист по неврологии, специалист по психиатрии и психотерапии, медицине сна, сомнологии (Немецкое общество исследования сна и медицины сна), социальной медицине

> +49-(0)7533/808-1279 or -1237

> m.eglau@kliniken-schmieder.de

KLINIKEN SCHMIEDER

Clinic for Neurology and Neurological Rehabilitation

Центр медицины сна

Клиники Шмидер Алленсбах

Сон для человека то же, что завод для часов.

Артур Шопенгауэр, Немецкий философ

high quality in neurological rehabilitation

Виды нарушений сна

На сегодняшний день известно более 90 различных нарушений сна, которые сопровождаются, прежде всего, нарушениями засыпания и поддержания сна и/или чрезмерной усталостью/сонливостью в течение дня:

- Нарушения сна вследствие психических или физических заболеваний
- Нарушения ритма сна и бодрствования
- Нарушения дыхания во сне
- Двигательные нарушения во сне (парасомнии в фазах быстрого и медленного сна)
- Приступы эпилепсии во сне
- Нарушения поведения в фазе быстрого сна
- Нарколепсия/катаплексия
- Синдром беспокойных ног (Restless-legs-Syndrom)
- Синдром периодических движений ног (Periodic Limb Movement in Sleep Disorder)

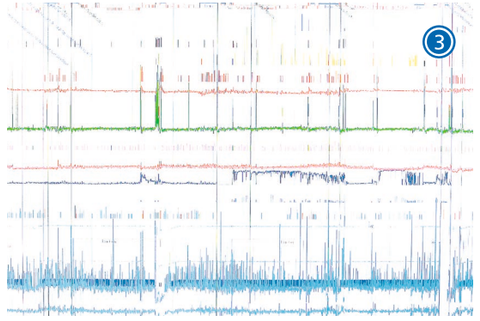
Диагностика

Диагностические исследования проводятся в полностью затемняемых, больших и тихих кабинетах с отдельной ванной комнатой/туалетом и с использованием самой современной медицинской техники. Для диагностики мы используем среди прочего

- инфракрасные камеры
- датчики положения тела
- цифровые записывающие устройства

Беспроводная передача данных обеспечивает неограниченную свободу движений. Наряду с подробным сбором анамнеза также проводится полное физическое обследование. Кроме того, используются следующие методы измерений:

- Протоколы сна
- Анкеты о сне
- Скрининг апноэ сна/полиграфия для регистрации нарушений дыхания во сне
- Поверхностная электромиография для регистрации периодических движений ног



① Маска CPAP ② инфракрасная камера с ненаправленным микрофоном ③ полисомнография

Терапевтические мероприятия

После диагностики каждому пациенту назначается индивидуальная терапия. В зависимости от степени тяжести нарушения сна/бодрствования и личной жизненной ситуации пациент получает лечение в том числе с помощью следующих мероприятий:

Поведенчески-психотерапевтические мероприятия

Сюда относятся, например, рекомендации по гигиене сна, методы расслабления, поведенческие терапии и разные формы психотерапии.

Хронобиологические мероприятия

Хронобиологическая терапия использует поведенческие и фармакологические методы. При этом светолечение тоже относится к числу используемых методов.

Фармакологические мероприятия

Фармакологические вещества часто бывают необходимы при первично органических и хронических нарушениях сна. В зависимости от диагноза медикаменты используются в течение ограниченного периода времени, при этом имеет место почти полный отказ от классических снотворных средств.

Аппаратные мероприятия

Аппаратные мероприятия, например, ночная назальная терапия положительным давлением (nCPAP/BiPAP), с большим успехом могут использоваться при нарушениях дыхания во сне.

Хирургические мероприятия (за пределами клиники)

В редких случаях может потребоваться хирургическое вмешательство, в частности при непроходимости верхних дыхательных путей, обструктирующих опухолях носа и глотки, а также аномалиях лицевого скелета.

Вам следует проконсультироваться со специалистом в области сомнологии …

- если вы на протяжении более чем четырех недель плохо засыпаете или спите
- если у вас беспокойный сон, вы часто чувствуете усталость в течение дня или если у вас наблюдается подавленное эмоциональное состояние и снижение работоспособности
- если у вас наблюдаются непроизвольные движения или необычное поведение во сне (например, хождение во сне, агрессивность, ночные состояния замешательства или частые движения ног)

Советы по гигиене сна

- Следите за регулярностью ритма сна
- Спите в затемненной, скорее прохладной, хорошо проветренной и тихой комнате
- За несколько часов до отхода ко сну воздержитесь от алкоголя, чрезмерного употребления никотина, кофеина и интенсивных занятий спортом
- Используйте небольшие ритуалы отхода ко сну или практикуйте методики расслабления, такие как йога или аутотренинг
- Встаньте, если вы не можете заснуть. Снова ложитесь в постель лишь тогда, когда почувствуете сонливость

Стоимость лечения

1 НОЧЬ: 1800 €/ЕВРО
2 НОЧИ: 3300 €/ЕВРО
3 НОЧИ: 4400 €/ЕВРО
4 НОЧИ: 5500 €/ЕВРО
5 НОЧИ: 6600 €/ЕВРО