

RAHMENINFORMATIONEN

Datum	Donnerstag, 8. März 2018, 14.00–18.00 Uhr
Ort	Sanatorium Kilchberg, Alte Landstrasse 70
Anmeldung	Bis am 2. März 2018 per Anmeldekarte oder via E-Mail: Sarah.Krauer@sanatorium-kilchberg.ch
Kosten	Die Veranstaltung ist kostenlos.
Auskunft	Frau Sarah Krauer Telefon +41 44 716 42 72 Sarah.Krauer@sanatorium-kilchberg.ch

VERKEHRSVERBINDUNGEN

Bus	Ab Zürich Hauptbahnhof mit Tram Nr. 11 bis Bürkliplatz, ab Bürkliplatz Bus Nr. 161 nach Kilchberg (Haltestelle Sanatorium Kilchberg).
Bahn	S8 und S24 ab Zürich Hauptbahnhof bis Bahnhof Kilchberg.
Fussweg	Bahnhof Kilchberg–Sanatorium: ca. 10 Minuten.
Parkplätze	Nur beschränkt im Klinik-Parkhaus vorhanden. Benutzen Sie vorzugsweise die öffentlichen Verkehrsmittel.

Sanatorium Kilchberg AG

Alte Landstrasse 70
CH-8802 Kilchberg

Telefon +41 44 716 42 42
Telefax +41 44 716 42 14

info@sanatorium-kilchberg.ch
www.sanatorium-kilchberg.ch



Schlaf und psychische Gesundheit

PSYCHIATRISCH-PSYCHOTHERAPEUTISCHE BEHANDLUNG VON SCHLAFSTÖRUNGEN

Donnerstag, 8. März 2018

Schlaf und psychische Gesundheit

PSYCHIATRISCH- PSYCHOTHERAPEUTISCHE BEHANDLUNG VON SCHLAFSTÖRUNGEN

Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Kolleginnen und Kollegen

Schlaf ist sowohl für die körperliche als auch für die psychische Gesundheit lebenswichtig. Gemäss dem schweizerischen Gesundheitsobservatorium (Obsan 2017) leiden 32.7% der schweizerischen Gesamtbevölkerung an schwachen bis starken Ein- oder Durchschlafstörungen. In diesem Symposium möchten wir unterschiedliche Aspekte der Bedeutung des Schlafs für die psychische Gesundheit beleuchten. Hierzu wird der Zusammenhang von Schlaf und Resilienz dargestellt. Schlafstörungen gefährden die psychische Gesundheit und bringen ein erhöhtes Risiko für psychische Erkrankungen mit sich. Wenn ambulante Massnahmen nicht ausreichen, können durch ein interdisziplinäres Team Schlafstörungen im Rahmen einer stationären psychiatrischen Behandlung therapiert werden. Verschiedene Workshops zu den Themen medikamentöse, kognitiv-verhaltenstherapeutische und stationäre Behandlung von Schlafstörungen sowie Erschöpfung, Schmerz und Schlaf bieten die Möglichkeit, Kenntnisse gezielt zu vertiefen und Fragen mit Fachexperten zu klären.

Wir freuen uns darauf, Sie zu dieser Veranstaltung im Sanatorium Kilchberg begrüssen zu dürfen.

Dr. med. René Bridler M.H.A.
Ärztlicher Direktor

Dr. med. Annkathrin Pöpel
Oberärztin

Dr. med. Isabelle Kunz
Oberärztin

Die Veranstaltung findet statt mit freundlicher Unterstützung
der Firmen:



zeller  medical



FORTBILDUNGSVERANSTALTUNG FÜR PSYCHIATER, PSYCHOLOGEN,
HAUSÄRZTE UND INTERNISTEN IN KLINIK UND PRAXIS

PROGRAMM

- | | |
|---------------------|--|
| 14.00– 14.15 | Begrüssung und Einführung
<i>Prof. Dr. med. Katja Cattapan, stv. Ärztliche Direktorin,
Chefärztin Psychotherapie und Privatstationen,
Sanatorium Kilchberg AG</i> |
| 14.15– 14.45 | Schlaf und Resilienz
<i>Dr. med. Thorsten Mikoteit, stv. Chefarzt / Leitender Arzt,
Kliniken für Psychiatrie, Psychotherapie und Psycho-
somatik, Psychiatrische Dienste der Solothurner Spitäler AG</i> |
| 14.45– 15.15 | Somatische Abklärung bei Schlafstörungen
<i>Dr. med. Alexander Turk, Chefarzt, Medizinische Klinik,
See-Spital Horgen</i> |
| 15.15– 15.45 | Interdisziplinäres Behandlungskonzept von
nicht-organischen Schlafstörungen
<i>Dr. med. Annkathrin Pöpel, Oberärztin, Zentrum für
Psychosomatik, Zürich</i> |
| 15.45– 16.15 | Kaffeepause |
| 16.15– 17.45 | 4 Parallel-Workshops |
| Workshop 1 | Medikamentöse Behandlung von Schlafstörungen
<i>Dr. med. Thorsten Mikoteit, stv. Chefarzt / Leitender Arzt,
Psychiatrische Dienste der Solothurner Spitäler AG</i> |
| Workshop 2 | Stationäre Behandlung von Schlafstörungen
<i>Dr. med. Annkathrin Pöpel, Oberärztin, Zentrum für
Psychosomatik, Zürich</i> |
| Workshop 3 | Kognitiv-behaviorale Behandlung von Schlaf-
störungen
<i>Dr. phil. Angelina Birchler, Psychologin, Zentrum für
Psychosomatik, Zürich</i> |
| Workshop 4 | Stress, Erschöpfung, Schmerz und Schlaf
<i>Dr. med. Isabelle Kunz, Oberärztin, Zentrum für
Psychosomatik, Zürich</i> |
| 17.45– 18.00 | Fragen und Diskussion mit den Referenten |
| Ab 18.00 | Apéro mit allen Teilnehmenden |

Folgende Lernziele werden angestrebt

3.1.1.; 3.2.2.; 3.2.3.; 3.2.6.; 3.2.10

Anrechenbare Fortbildung

SGPP 3.5 Credits; SAPP 3.5 Credits; SGSS 3 Credits;
WBK-Zertifizierung 3.5 Stunden

Anrechenbar im Rahmen der erweiterten Fortbildung

SGAIM und SFGG je 3.5 Credits

Schlaf und psychische Gesundheit
PSYCHIATRISCH-PSYCHOTHERAPEUTISCHE BEHANDLUNG
VON SCHLAFSTÖRUNGEN

ANMELDUNG

Bis spätestens am 2. März 2018
Telefax +41 44 716 43 43
E-Mail Sarah.Krauer@sanatorium-kilchberg.ch

Name _____

Adresse _____

Telefon _____

Die Teilnehmerzahl ist beschränkt!

Gerne nehme ich an folgendem Workshop teil
(bitte 1. bis 3. Wahl angeben):

1. Wahl Workshop Nr. _____

2. Wahl Workshop Nr. _____

3. Wahl Workshop Nr. _____

Vorname _____

PLZ / Ort _____

E-Mail _____