

### Beratung ist uns wichtig

Besonderen Wert legen wir auf eine verständliche Erläuterung der medizinischen Diagnose und der sich daraus ergebenden Konsequenzen. Jeden Morgen besprechen wir mit Ihnen die nächtlich erstellten Aufzeichnungen.

### Die Therapie

Die Behandlungsmöglichkeiten sind unterschiedlich und werden individuell je nach Krankheitsbild ergriffen.

Bei nächtlichen Atempausen ist der Einsatz eines so genannten CPAP-Gerätes sehr erfolgreich. Über eine Maske wird dem Schlafenden kontinuierlich ein leichter Luftstrom mit Überdruck in die Nase geblasen und damit die oberen Atemwege offen gehalten. Im Atemzentrum stellen wir die Geräte und Masken ausführlich vor und üben mit den Betroffenen das Atmen und die Handhabung.

Bei leichten Atemstörungen reicht oft die Vermeidung der Rückenlage durch den Ballrucksack aus. Patienten, die unter unruhigen Beinen (Restless Legs) leiden, hilft eine medikamentöse Therapie.



Eine psychologisch einfühlsame Begleitung während und nach dem klinischen Aufenthalt ist selbstverständlich.

### Nachkontrolle

Wir empfehlen, nach drei bis sechs Monaten zu Hause eine nächtliche Untersuchung über den Facharzt durchzuführen.

### Das Atemzentrum

Hier werden Sie mit Geräten und Masken vertraut gemacht. Unabhängig und neutral informieren wir über Produkte und stellen unser Fachwissen zur Verfügung. Auch nach dem Krankenhausaufenthalt bietet das Atemzentrum bei Schwierigkeiten mit der Therapie unbürokratisch Hilfe an. Gerne stellen wir den Kontakt zu Selbsthilfegruppen her.

## Kontakt

Abteilung für Pneumologie  
und Beatmungsmedizin

### Chefarzt

Prof. Dr. Claus Neurohr

### Ansprechpartner

Dipl.-Psych. Sabine Eller  
Somnologin DGSM  
Leiterin des Schlaflabors und Atemzentrums  
sabine.eller@rbk.de

### Terminvereinbarung

Montag bis Freitag, 9 - 11.30 Uhr  
Evelyn Neumann  
Telefon 0711 8101-7492 | Telefax 0711 8101-7011



## Pneumologie und Beatmungsmedizin Schlaflabor und Atemzentrum

Überprüft und anerkannt von der Deutschen Gesellschaft  
für Schlafforschung und Schlafmedizin (DGSM)

### So finden Sie uns

#### Mit öffentlichen Verkehrsmitteln

Von Stuttgart Hauptbahnhof mit den Stadtbahn-Linien U6 Richtung Gerlingen, U7 Richtung Mönchfeld oder U15 Richtung Stammheim bis zur Haltestelle Pragsattel. Oder vom Wilhelmsplatz Bad Cannstatt kommend mit der U13 Richtung Feuerbach/Giebel bis zur Haltestelle Pragsattel. Von der Haltestelle Pragsattel aus weiter mit der Buslinie 57 Richtung Burgholzof bis zur Haltestelle Robert-Bosch-Krankenhaus.

#### Mit dem Auto

Über B 10 oder B 27 bis zur Kreuzung Pragsattel. Dort in die Siemensstraße/B 295 Richtung Calw/Leonberg abbiegen. Nach etwa 100 m an der ersten Ampel rechts in die Leitzstraße einbiegen und dem Straßenverlauf über die Auerbachbrücke folgen. Am Kreisverkehr rechts in das Klinikgelände einbiegen. Parkmöglichkeiten im klinikeigenen Parkhaus.

Robert-Bosch-Krankenhaus | Auerbachstraße 110  
70376 Stuttgart | info@rbk.de | www.rbk.de

Eine Einrichtung der Robert Bosch Stiftung



**RBK** | **LUNGEN  
ZENTRUM  
STUTTART**

Robert-Bosch-Krankenhaus  
Klinik Schillerhöhe

Liebe Patientin, lieber Patient,  
wir freuen uns, Sie im Schlaflabor des  
RBK Lungenzentrums zu begrüßen.  
Mit dieser Broschüre möchten wir Sie auf  
Ihren Aufenthalt bei uns einstimmen und  
einige wichtige Fragen beantworten.

Unser Schlaflabor ist hinsichtlich seiner  
Größe von überregionaler Bedeutung und  
genießt aufgrund seiner jahrzehntelangen  
Erfahrung einen sehr guten Ruf.  
Unsere technische Ausstattung gewährleis-  
tet größtmögliche Bewegungsfreiheit wäh-  
rend der nächtlichen Untersuchung.  
Die Ärzte, Psychologen und das technische  
Personal sind auf Schlafmedizin speziali-  
siert und betreuen Sie kompetent und  
einfühlsam.

Unser Schwerpunkt liegt auf der Behand-  
lung von nächtlichen Atempausen (Schlaf-  
apnoe). Auch periodische Beinbewegungen  
und Restless Legs (RLS) oder seltenerer  
Krankheitsbilder wie die Narkolepsie  
können hier diagnostiziert werden.



Dipl.-Psych. Sabine Eller  
Leitende Somnologin



### Typische Symptome einer Schlafapnoe

- ... lautes Schnarchen mit Atemstillständen im Schlaf –  
Tagesschläfrigkeit bis hin zum spontanen Einnicken  
am Tag
- ... Konzentrationsschwäche und Gedächtnisstörungen
- ... eingeschränkte Leistungsfähigkeit
- ... fehlende Frische beim Erwachen und Kopfschmerzen
- ... Nachtschweiß
- ... häufiges nächtliches Wasserlassen
- ... erektile Dysfunktion (Impotenz)
- ... Reizbarkeit
- ... unruhiger Schlaf (zerwühltes Bett am Morgen)

Diese Symptome können einzeln oder in Kombination  
auftreten.

### Typische Symptome eines Restless-Legs-Syndroms

- ... Missempfindungen in den Beinen
- ... Die Empfindungen sind meist mit einem starken  
Bewegungsdrang verbunden und bessern sich bei  
Bewegung
- ... Die Beschwerden treten hauptsächlich abends und  
nachts auf, selten auch tagsüber
- ... Einschlaf- bzw. Durchschlafstörungen



Der Kontrollraum des Schlaflabors

### Die Aufnahme

Wir erwarten Sie am Aufnahmetag zwischen 19.30 und  
20 Uhr bei uns in der Klinik. Bei der Ankunft fragen Sie bitte  
am Empfang der Klinik nach dem für Sie vorgesehenen  
Zimmer. Sie erhalten auch einen „Stundenplan“ für die Zeit  
bei uns, der Ihnen zeitliche Orientierung gibt. Bitte füllen  
Sie später den angehängten Fragebogen aus.

### Die Aufenthaltsdauer

In der Regel dauert der Aufenthalt bis zu drei Nächten.  
Wenn die eingeleiteten Maßnahmen außerordentlich  
gut wirken, reichen zwei Übernachtungen aus.  
Während Ihres Aufenthalts haben Sie vom frühen  
Nachmittag bis zum Abend meist freie Zeit.  
Die Entlassung erfolgt normalerweise am Nachmittag.

### Das sollten Sie mitbringen

- ... stationäre Krankenseinweisung vom Facharzt
- ... Versichertenkarte
- ... vorhandene aktuelle Voruntersuchungen
- ... Handtücher
- ... normale Tageskleidung
- ... Medikamentenplan vom Hausarzt
- ... evtl. gewohntes Kopfkissen
- ... evtl. Wecker

### Die Zimmer

Jedem Patienten steht ein Einzelzimmer zur Verfügung.  
Für den Fall, dass Sie eine Begleitperson zur eigenen  
Unterstützung benötigen, haben wir spezielle Zimmer mit  
einem zweiten Bett. Bitte informieren Sie uns rechtzeitig.



Die nächtliche Verkabelung

### Die nächtliche Untersuchung

Die so genannte Polysomnografie ist eine umfangreiche  
Spezialuntersuchung, bei der im Schlaf verschiedene  
Körperfunktionen getestet werden. Anhand dieser kann  
der Experte feststellen, ob der Körper nachts zu einem  
erholsamen Schlaf findet.

Vor dem Einschlafen kommt ein Mitarbeiter des Schlaf-  
labors zu Ihnen, um die zur Überwachung notwendigen  
Kabel zu fixieren. Wir haben hierfür eine neue hoch-  
moderne Technik. Anders als bei der herkömmlichen  
Methode führen die Kabel in ein mobiles Gerät, das Sie  
direkt an Ihrem Körper tragen. Von dort werden die  
Daten telemetrisch an ein Bluetooth-Gerät in der Wand  
übertragen. Ihre Bewegungsfreiheit ist deshalb nur mini-  
mal eingeschränkt, bei Bedarf können Sie das Bett ver-  
lassen. Da das Gerät sehr klein und leicht ist, nehmen Sie  
es im Liegen kaum am Körper wahr.

Ihr Atem und Ihr Schlafverhalten werden die ganze  
Nacht hindurch überwacht. Sollte sich nachts ein Sensor  
lösen, so ist eine Fachkraft rund um die Uhr anwesend,  
um dies zu beheben.

### Der Schlaf

Machen Sie sich bitte keine Sorgen, in fremder Umge-  
bung ist schlechterer Schlaf nichts Ungewöhnliches.  
Behandlungsbedürftige Störungen können von Fach-  
leuten auch in kurzen Schlafepisoden erkannt werden.  
Gegebenenfalls besteht in der folgenden Nacht die  
Möglichkeit einer Wiederholung.