

29. Oktober 2026

## «Schmerz schläft nicht» Der Einfluss von Schlaf auf die Schmerzwahrnehmung

Das Erkennen und Beraten hat bei Schlafproblemen eine zentrale Rolle bei der Behandlung von Schmerzen. Mehr als 50% der Menschen mit chronischen Schmerzen klagen auch über Schlafprobleme. Schlaflosigkeit und Symptome von Schlaflosigkeit sind sehr häufig.



### Kursinhalt

- Darstellung der Beziehung zwischen Schlaf und Schmerzwahrnehmung
- Bilaterale Beziehung zwischen Schlafproblemen und Schmerzen
- negativer Einfluss von Schmerzen auf den Schlaf
- Schlafprobleme: können Schmerzen verstärken, Risikofaktor für die Entwicklung von Schmerzproblemen bei schmerzfreien Menschen, Risikofaktor für das Aufkommen von Schmerzen bei chronischen Schmerzpatienten
- Erhebung der Schlafanamnese, Diagnostik von Schlafproblemen
- Beratung bei Schlafproblemen, therapeutische Ansätze

### Kursziel

- Die Teilnehmenden
- können den Zusammenhang zwischen Schlafproblemen und Schmerzwahrnehmung erklären
  - kennen Möglichkeiten der anamnestischen Schlafdiagnostik
  - kennen Möglichkeiten um Betroffene zu beraten

### ONLINE-KURS

#### Dozent

Bernhard Reichert

#### Kursinfo

Online-Kurs

3 Kursstunden | max. 50 Teilnehmende

#### Voraussetzung

Med. MasseurIn eidg. FA,  
Med. Therapieausbildung

■ Donnerstag, 29. Oktober 2026

⌚ 19.00 – 22.00 Uhr

📍 Wo immer Sie möchten, mit Ihrem Computer oder Laptop

👉 vdms-asmm-Mitglieder CHF 90.00

👉 Nichtmitglieder CHF 150.00

Der Online-Kurs wird über das Programm Zoom durchgeführt.

Sie erhalten vor Kursbeginn den Zugangslink per E-Mail zugestellt.