

Der Wunsch nach gutem Schlaf

Schlafmittel im Fokus

Referent: **Daniel Finke**
Apotheker, Osnabrück

Termine: **23.10.2025** **Online**

Uhrzeit: **20:00 – 21:30 Uhr**

Inhalt:

Ungefähr ein Viertel der Bevölkerung berichtet unter Schlafstörungen zu leiden und etwa jeder zehnte Erwachsene erlebt seinen Schlaf als „häufig nicht erholsam“. Der Markt an Präparaten ist im Verlauf der letzten Jahrzehnte immer größer und leider auch undurchsichtiger geworden und hält manchmal nicht immer das, was er verspricht. Die Produktpalette reicht von pflanzlichen Produkten, über chemische Arzneistoffe bis hin zu hormonellen Einschlafhilfen. Doch welches Präparat ist für welchen Betroffenen am besten geeignet? Wie sieht die evidenzbasierte Beratung zu diesem häufigen Beratungsthema in der Apotheke aus?

Nach diesem Web-Seminar

- Wissen Sie über das unterschiedliche Schlafbedürfnis im Verlauf des Lebens Bescheid
- Kennen Sie sich mit dem Schlafprofil aus
- Verstehen Sie die Grundregeln der Schlafhygiene
- Haben Sie einen Überblick über die unterschiedlichen therapeutischen Möglichkeiten der Behandlung
- Können Sie evidenzbasiert zu den unterschiedlichen Präparaten beraten

Die Anmeldeinformationen finden Sie auf unserer Homepage