

## Fellowship XII: Sleep

**Stellenprozenze: 100-150%**

**Dauer: 1 Jahr**

### Voraussetzung

Im Schlaf-Wach-Zentrum des Inselspitals wird eine ein-Jahres-Stelle eines „Schlaf-Fellows“ angeboten, welche eine umfassende interdisziplinäre Weiterbildung in Schlafmedizin ermöglicht. Administrativ ist die Stelle im Schlaf-Wach-Epilepsie-Zentrum (SWEZ) der Neurologischen Universitätsklinik eingegliedert. Gute Kenntnisse der deutschen Sprache sind Voraussetzung.

### Weiterbildungsziele

Der Schlaf-Fellow bekommt die Möglichkeit sich in neurologischer, pneumologischer, psychiatrischer und pädiatrischer Schlafmedizin weiterzubilden und das **Schlafzertifikat der Schweizerischen Gesellschaft für Schlafforschung, Schlafmedizin und Chronobiologie (SGSSC)** zu erwerben.

Diese intensive Schlafmedizinische Weiterbildung eignet sich ideal als Vorbereitung für das **Europäische Examen in Schlafmedizin der ESRS**.

Das Jahr Weiterbildung wird bestätigt von allen beteiligten Klinikleitern und kann somit an die **FMH Weiterbildung in allen genannten Disziplinen** angerechnet werden.

### Klinisches Training

In den klinischen Konsultationen unter Aufsicht schlafmedizinisch erfahrener Oberärzte und leitender Ärzte können die Kenntnisse zu allen Krankheitsgruppen wie schlafassoziierte Atmungsstörungen, Insomnien, Parasomnien, Hypersomnien, Schlaf-assoziierten Bewegungsstörungen und Schlaf-Wach Rhythmusstörungen bei Erwachsenen und Kindern erworben werden. Zu diesem Zweck wird der Schlaf-Fellow tageweise in der Neuro-Pneumologischen-, in der Neuro-Psychiatrischen Schlafsprechstunde bei Erwachsenen und Kindern eingesetzt.

Die Arbeit im Schlaflabor ermöglicht eine Weiterbildung beim Scoring (nach AASM) von Polysomnographien (PSG), Multiplen Schlaflatenztests (MSLT), Wachhaltetests (MWT) sowie die Auswertung von Aktigraphien, respiratorischen Polygraphien, Fahr Simulator und weiteren Vigilanztests.

Die Kenntnisse für spezielle Techniken wie z.B. die CPAP Adaptation, Kognitive Verhaltenstherapie oder Elektroenzephalographie werden individuell angepasst ebenfalls tageweise in den entsprechenden Spezialsprechstunden der beteiligten Kliniken erworben.

Die technischen Aspekte von Nachtableitungen werden zu Beginn des Curriculums (1. Monat) durch die praktische Betreuung von Polysomnographien zusammen mit erfahrenen Laboranten erlernt.

### Didaktische Sitzungen

- Jeden Montag-Nachmittag Teilnahme am SWEZ Forschungsmeeting
- Jeden Mittwoch-Nachmittag Teilnahme am Schlafrapport sowie am Falldemo-Meeting
- Jeden Freitag-Nachmittag Teilnahme am BENESCO Forschungs-Meeting
- Teilnahmemöglichkeiten an Schlaf-Symposien gemäss separater Liste
- Weiterbildungsprogramme aus Pneumologie, Psychiatrie, Pädiatrie

## Praktische Erfahrungen im Schlaflabor

Teilnahme an den Nacht- und Taguntersuchungen unter der Betreuung von erfahrenen Schlaflaborantinnen.

## Forschung

Ab dem zweiten Monat besteht bei entsprechendem Interesse, die Möglichkeit, sich an der Forschung auf dem Gebiet der Schlafmedizin innerhalb aller beteiligten Kliniken zu beteiligen. Die Schlaf-Fellows sollen an nationalen und internationalen Schlafsymposien Case Reports oder eigene wissenschaftliche Daten vorstellen.

## Wochenplan (als Beispiel, individuell angepasst)

| Tag        | Montag                         | Dienstag                    | Mittwoch                | Donnerstag                  | Freitag                              |
|------------|--------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-----------------------------|--------------------------------------|
| Vormittag  | Neurologische<br>Schlafmedizin | Administration<br>Forschung | Neuropsychiatrie<br>UPD | Administration<br>Forschung | Neuropneumologie<br>Neuropsychiatrie |
| Nachmittag | CPAP-Sprechstunde              | PSG/ MSLT/<br>MWT           | CPAP-Sprechstunde       | PSG/ MSLT/<br>MWT           | Neuropneumologie                     |

## Sonstiges

Die Fokussierung auf die einjährige interdisziplinäre Weiterbildung in Schlafmedizin soll nicht unterbrochen werden durch Einsätze im Notfalldienst.

## Kontakt

Markus Schmidt, MD PhD

Oberarzt 1

Universitäres Schlaf-Wach-Epilepsie- Zentrum, Inselspital, 3010 Bern

E-Mail: [markus.schmidt@insel.ch](mailto:markus.schmidt@insel.ch)