

# Fellowship XII: Sleep

11.2022

**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**. Die Dauer eines Jahres ist Voraussetzung für den Erwerb des europäischen Zertifikats.

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 Oberärztinnen und Oberärzte, sowie Leitender Ärztinnen und Ärzte aus den Fachgebieten der Neurologie, Pneumologie und Psychiatrie 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 in der Neuro-Pneumologischen-, in der Neuro-Psychiatrischen und neurologischen 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, und – Vigilanztests. Mit dem Ziel einer gesamtheitlichen Beurteilung der Schlafwachstörung unter Berücksichtigung der Beschwerden und den ergänzenden schlafmedizinischen Untersuchungen.

Die Umsetzung der Kenntnisse über die Adaptation der PAP-Therapie, kognitiven Verhaltenstherapie bei Insomnie und der Befundung der Elektroenzephalographie werden individuell angepasst in den entsprechenden Spezialsprechstunden der beteiligten Kliniken erworben.

Die technischen Aspekte von Nachtableitungen werden zu Beginn des Curriculums (innerhalb der ersten 3 Monate) durch die praktische Betreuung von Polysomnographien zusammen mit erfahrenen Laboranten erlernt.

## Didaktische Sitzungen

- Jeden Montag-Nachmittag Teilnahme am Schlaf-Forschungsmeeting

- Jeden Mittwoch-Nachmittag Teilnahme am Schlafrapport sowie am Falldemo-Meeting
- Einmal im Monat SWEZ-Meeting (EEG-Interpretationen, Vorstellung von Forschungsprojekten und Fallvorstellungen)
- 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 Schlafmedizin	Neuropsychiatrische Sprechstunde	CPAP-Sprechstunde/ PSG/MSLT/ MWT	Neuropsychiatrische Sprechstunde	Administration
Nachmittag	Hypersomnie	PSG/MSLT/ MWT	Hypersomnie	CPAP-Sprechstunde	Neuropneumologische Sprechstunde

## Sonstiges

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

## Kontakt

MD Markus Schmidt PhD

Oberarzt

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

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