

REGION SEITE 9

Moment mal

Bern schläft besser

Hauptstadt des Schlafes - das muss Bern sein! Jedenfalls erhielt diesen Eindruck, wer gestern Nachmittag im Hörsaal Ettore Rossi des Inselspitals sass: Giulio Tononi, gebürtiger Italiener, aber in Wisconsin (USA) als einer der renommiertesten Schlafforscher der Welt tätig, erhielt den ersten Berner Sleep Award aus den Händen von Claudio Bassetti, Tessiner, aber als Direktor der Universitätsklinik für Neurologie am Inselspital ein dezidierter Förderer der Schlafforschung. Tutto bene!

Und die Koryphäe Tononi adelt anlässlich der Schlaf-Wach-Tage, die bis heute Freitag am Inselspital stattfinden, Berns Schlafkompetenz: Das Berner Netzwerk für die Schlaf- und Bewusstseinsforschung gehöre zur absoluten Weltspitze mit seiner Innovationsfreude und seiner finanziellen Ausstattung. Als europaweite Neuerung lancierte die Uni Bern, zusammen mit der Università della Svizzera Italiana, die «Akademie für Schlaf und Bewusstsein», an der gestern 17 Studierende den ersten Masterstudiengang in Angriff nahmen.

Im überreizten Digitalzeitalter, in dem Ruhesuche zu einer Herausforderung geworden ist und bis zu ein Drittel der Bevölkerung unter Schlafstörungen leidet, macht die Schlafforschung eine steile Karriere. Das Hirn braucht den Schlaf, zeigt Tononi, um die tagsüber heiss gelaufenen Synapsen herunterzukühlen, damit das Denkorgan aufnahmefähig bleibt. Ohne Ruhe käme es rasch an seine Kapazitätsgrenze. Ein Glück, profiliert sich Bern als Hauptstadt der Schlafforschung. Buona notte!

Jürg Steiner

© BZ Berner Zeitung Stadt + Region Bern