

bernhard schlage

körperpsychotherapie, schriftstellerei



ergänzungen zum vortrag (stand oktober 2007)

nichts mehr zu tun

schlafstörungen und ihre auflösung

das problem ist so alt wie die menschheit: es wird dunkel und man fühlt sich wach...man wird wach und es ist mitten in der nacht...einfache unregelmäßigkeiten im eigenen schlafrhythmus können sich zu einem problem auswachsen, bei dem lebensfreude und gesundheit verloren geht. auf dieser veranstaltung wollen wir von tibetischer dunkeltherapie, über einschlafrituale, bis zu naturheilkundlichen verfahren möglichkeiten erkunden, wieder zum schlafen zu kommen und nichts zu tun.

unter folgenden adressen finden sie weitere unterstützung bei schlafproblemen:

- pneumologische fachpraxis
schlaflabor hannover
dr. krause u.a.
hildesheimer str. 24
30169 hannover
tel.: 0511 / 805035
- deutsche akademie für gesundheit und schlaf - dags
universtätsstr. 84
93053 regensburg
tel.: 0941 / 9428271
fax: 0941 / 9411505
e-mail: info@dags.de

hier erhalten sie kostenlose informationen über schlaf und schlafstörungen, telefonisch, per e-mail oder post, auskünfte über behandlungsmöglichkeiten aber auch über die schlafschule.

- shg narkolepsie
hannover und umgebung
hannelore ninnemann-laabs
schackstr. 18
30175 hannover
tel.: 0511 / 853411
fax: 0511 / 84895636
e-mail: hannelore.ninnemann-laabs@gmx.de
www.hanneloreninnemann.de

narkolepsie ist ein schlafkrankheit und wird auch als schlummersucht bezeichnet. sie äußert sich in schlafattacken, die zu jeder tageszeit und in jeder situation auftreten können. es ist eine chronische erkrankung, die lebenslang bestehen bleibt, nicht heilbar, aber behandelbar ist. die selbsthilfe-gruppe bietet erfahrungsaustausch, treffen, vorträge von spezialisten.

- selbsthilfegruppe hannover und umland für schlafapnoe (shus)
herr peter hoedt
greiffenbergerstr. 18
30966 hemmingen
tel.: 0511 / 2345125
fax: 0511 / 2345125
e-mail: peter.hoedt@shus.info
www.shus.info

dies ist eine selbsthilfegruppe für personen die an schlafapnoe leiden. sie bietet u.a. ratschläge, gedankenaustausch, problemlösungen, veranstaltungen. gruppentreffen auf anfrage

- deutsche gesellschaft für schlafforschung und schlafmedizin
dgsm-geschäftsstelle
hephata-klinik
schimmelpfengstraße
34613 schwalmstadt-treysa
tel.: 06691 / 2733
fax: 06691 / 2823
e-mail: dgsm.mayer@t-online.de
www.dgsm.de

die dgsm befasst sich als wissenschaftliche gesellschaft mit der erforschung des schlafes und seiner störungen sowie mit der klinischen diagnostik und therapie von schlaf-wach-störungen. hier erhalten sie informationen über veranstaltungen, schlaflabore, problemlösungen und vieles mehr.

schlaflabore in hannover

- prof. dr. med. tobias welte,
dr. med. thomas köhnlein,
dr. med. birgit hoffmann-castendiek
medizinische hochschule hannover
pneumologie - interdisziplinäres schlaflabor
carl-neuberg-str. 1
30625 hannover
tel.: 0511 / 5 32-98 85
Fax: 0511 / 5 32-98 86
e-mail: schlaflabor@mh-hannover.de
- prof. dr. med. bernd schönhofer,
frau dr. heilmann,
dr. czudaj
klinikum hannover - abteilung für pneumologie
internistische intensiv- und schlafmedizin
podbielskistr. 380
30659 hannover
tel.: 05 11 / 9 0633 47
fax: 05 11 / 9 06- 32 37 79
e-Mail: schlaflabor@klinikum-hannover.de

Kontakt:

bernhard schlage
körperpsychotherapie, schriftstellerei

gemeinschaftspraxis kugel e.v.
in der steinriede 7, hofgebäude
30161 hannover

telefon & fax 05 11 / 161 42 11

e-mail: post@bernhardschlage.de
internet: www.bernhardschlage.de