

<b>Schlafstörungen</b>		Name : .....		Nachname : .....	
<b>Bereich</b>	<b>Mögliche Antworten</b>	<b>Anzahl max.</b>	<b>Punkte err.</b>	<b>Bemerkungen</b>	
Symptome	Ein- oder Durchschlafstörungen. Begleitend Angst, Ruhelosigkeit, Erschöpfung, Müdigkeit				
Ursachen	Starke Schmerzen, geistige und/oder körperl. Überlastung, Spannungen, Schichtarbeit, Lärm, Alkohol, Kaffee, Bewegungsarmut...				
Therapie: - therapeutische Gruppe - Wirkstoffgruppen (Wirkungsweise) - (Wirkstoffe) (je mit entsprechenden Spezialitäten)	Hypnotika (Schlafmittel) chemisch oder pflanzlich 1) Antihistaminika: Detensor, Benocten, Nardyl, Sanalepsi N → eine NW wird ausgenützt: Müdigkeit 2) Barbiturate: Luminal 3) Benzodiazepine: lang: Dalmadorm. Mittel: Mogadon, Rohypnol. Kurz: Dormicum, Halcion, Normison 4) Zolpidem: Stilnox, Zolpidem mepha etc. → Wirkungsweise 2-4: zentrale Wirkung, Wi Eintritt verschieden: Ein- oder Durchschlafmittel 5) Pflanzliche : Baldrian (valerianae radix), Hopfen (Iupuli flos), Melisse (melissae fol.), Orangenblüten (aurantii flos), Passionsblume (passiflorae herba), Johanniskraut (hyperici herba) Baldriparan, Dormiplant, ReDormin, Sedonium, Sidroga Schlaf- und Nerventee, Valverde Schlaf, Zeller Schlaf etc. (→ keine Beeinflussung der REM Phasen)				
Dosierung/Anwendung	Einschlafmittel: ganz kurz vor dem Einschlafen (Bettkante), Durchschlafmittel: 30 Min vor dem Schlafen				
Vorsichtsmassnahmen (Triage, NW, KI, IA)	Cave Abhängigkeit Benzodiazepine! NW: Hang over / ev. paradoxe Wirkung, im allg. gut verträglich				
Galenik					
Medizinprodukte					
Zusatzempfehlungen	Tee mit Drogen wie Baldrian, Hopfen, Melisse, Orangenblüten, Passionsblume, Johanniskraut / Einschlafrituale: Spaziergang vor dem Schlafen / Warmes Bad / Beruhigende Musik, Schlafhygiene: Rituale, Tee etc				

Bereich	Mögliche Antworten	Anzahl max.	Punkte err.	Bemerkungen
Spezielles				
Sprache, Ausdrucksweise, Terminologie		1		
<b>Total</b>		<b>20</b>		