

Stoffkatalog zum Qualifikationsnachweis „Somnologie“ der Deutschen Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin (DGSM) für Psychologen und Naturwissenschaftler*

1. Richtzahlen

- a) Selbständige Durchführung, Befundung und Dokumentation von 30 Polysomnographien nach den Kriterien der American Academy of Sleep Medicine von 2007-2016 (AASM). Selbständige Befundung von 200 Polysomnographien nach den Kriterien der AASM, davon 100 kardiorespiratorische Polysomnographien mit Auswertung und Bewertung schlafbezogener Atmungs- und Kreislaufstörungen.
- b) Selbständige Durchführung, Befundung und Dokumentation von 20 MSLT (Multiple sleep latency test) -Untersuchungen.
- c) Selbständige Durchführung, Befundung und Dokumentation von 30 ambulanten Screeninguntersuchungen bei schlafbezogenen Atmungsstörungen.
- d) 100 dokumentierte abgeschlossene Behandlungsfälle bei Patienten mit schlafbezogenen Störungen und Störungen des Schlaf-Wach-Rhythmus. Hierunter sollen sich aus jeder der folgenden Diagnosekategorien mindestens 10 Behandlungsfälle befinden:
Schlafbezogene Atmungsstörungen (inklusive der nasalen Ventilationstherapie)
Weitere Schlafstörungen, insbesondere Insomnien und Hypersomnolenzen,
Parasomnien. Schlafstörungen bei körperlichen und psychiatrischen Erkrankungen

2. Inhaltliche Voraussetzungen

Der Antragsteller soll Kenntnisse über folgende Inhalte haben:

2.1. Grundlagen des Schlafes

- a) Physiologische, biochemische und psychologische Veränderungen im Schlaf
- b) Psychologische Grundlagen des Schlaf-Wach-Verhaltens und dessen Störungen. Grundkenntnisse über Träume und andere mentale Aktivitäten im Schlaf
- c) Phylogenese und Ontogenese des Schlafes
- d) Elektrophysiologische Grundlagen des Schlafes:
elektrophysiologische Aktivität, Motoneuronaktivität, Sensorische Aktivität, Aktivität des autonomen sympathischen und parasympathischen Nervensystems, Herz-Kreislauffunktion, Atmungsregulation, Thermoregulation
- e) Hormonelle Regulation des Schlafes
- f) Modelle zur Schlafregulation und Theorien zur Funktion des Schlafes

2.2. Chronobiologische Aspekte des Schlafes

- Grundlagen biologischer Rhythmen (ultradiane, circadiane und infradiane Rhythmik physiologischer und psychischer Funktionen) Steuerung der circadianen Rhythmik und Beeinflussung durch Zeitgeber
- Chronobiologische Modelle und Interaktion mit der Schlaf-Wach-Regulation
- Variation der Leistungsfähigkeit, Müdigkeit und Befindlichkeit über 24 Std.
- Methoden zur Erfassung tageszeitlicher Schwankungen physiologischer und psychischer Funktionen
- Klassifikation und Differentialdiagnose von Schlafstörungen, die durch einen gestörten Schlaf-wach-Rhythmus entstehen
- Beeinflussung circadianer Rhythmen
- Nichtmedikamentöse und medikamentöse Therapie circadianer Schlaf-Wach-

- Störungen
- Lichttherapie

2.3. Methoden und diagnostische Verfahren zur Erfassung und Beurteilung von Schlaf-Wach-Verhalten, Schlaf und Schlafstörungen

Vorausgesetzt werden umfangreiche Kenntnisse über die im Folgenden aufgeführten Methoden. Der Antragsteller muss befähigt sein, geeignete diagnostische Methoden auszuwählen, sie selbständig anzuwenden und die Ergebnisse als klinischen Befund zu dokumentieren.

a) Methoden zur Messung des Schlafes, des Schlaf-Wach-Verhaltens und von Schlafstörungen

- psychologische Methoden (standardisierte Testverfahren, Selbstbeobachtungsmethoden, Fragebögen, Skalen)
- ambulante apparative Verfahren (Aktimetrie, Screening-Verfahren und ambulante und stationäre apparative Methoden (Polysomnographie, inklusive Videometrie)

Bei den apparativen Verfahren sollen Kenntnisse über die technischen Grundlagen der Erfassung und Messung von Biosignalen vorhanden sein. Des Weiteren soll der aktuelle technische Stand apparativer Verfahren bekannt sein.

b) Methoden zur Messung von Vigilanzstörungen, Tagesmüdigkeit und Tagesschläfrigkeit

- psychologische Testverfahren
- apparative Methoden (z.B. computergestützte Testverfahren)
- Laborgestützte Methoden (MSLT und MWT)

c) Organisation eines Schlaflabors:

- personelle, wirtschaftliche, technische und räumliche Voraussetzungen zur Betreibung eines Schlaflabors nach den Richtlinien der DGSM

2.4. Differentialdiagnose der Schlafstörungen

Der Antragsteller soll Kenntnisse über Diagnosekriterien und Differentialdiagnose der Schlafstörungen und deren Auswirkungen auf das Leistungsverhalten und die Befindlichkeit am Tage haben. Aktuelle Klassifikationskriterien der Klassifikationssysteme ICSD, ICD und DSM sollen bekannt sein. Bei den folgenden Krankheitsbildern sollen die spezifische Symptomatik mit Psychopathologie, Differentialdiagnose und Prognose bekannt sein und die adäquaten diagnostischen und therapeutischen Programme aufgestellt werden können:

Insomnien
 Hypersomnolenzen und Störungen mit Tagesschläfrigkeit, insbes. Narkolepsie
 Parasomnien
 Schlafstörungen bei psychiatrischen Erkrankungen
 Schlafstörungen bei neurologischen Erkrankungen
 Schlafstörungen bei internistischen Erkrankungen
 Schlafstörungen bei kardiopulmonalen Erkrankungen
 Schlafstörungen bei muskuloskelettalen Erkrankungen
 Schlafstörungen durch Einnahme oder Missbrauch psychotroper Substanzen
 Schlafstörungen bei pädiatrischen Erkrankungen

Schlafstörungen bei Medikamenteneinnahme
Störungen des circadianen Schlaf-Wach-Rhythmus

2.5. Therapie von Schlafstörungen

Der Antragsteller soll umfangreiche Kenntnisse haben über Indikation, Methoden und Durchführung von:

- a) Verhaltenstherapeutischen Verfahren
 - bei Insomnien: Schlafhygiene, Schlafrestriktion, Stimuluskontrolle, kognitive Verfahren, Entspannungsverfahren
 - bei schlafbezogenen Atmungsstörungen
 - bei Parasomnien
 - bei Hypersomnolenzen
 - bei Störungen des Schlaf-Wach-Rhythmus
- b) Pharmakotherapie: Pharmakologische Beeinflussung und Wirkmechanismus auf den Schlaf, Schlafstörungen, schlafbezogene Atmungsstörungen und parasomnische Phänomene
 - Psychopharmaka (Barbiturate, Benzodiazepine, Antidepressiva, Neuroleptika)
 - Analgetika
 - Antiepileptika
 - Antiparkinsonmittel
 - Pflanzliche Schlaf- und Beruhigungsmittel
 - Andere Medikamente, die den Schlaf beeinflussen
- c) Chronotherapeutische Verfahren

2.6. Diagnose und Differentialdiagnose schlafbezogener Atmungsstörungen und deren Therapie: Indikationen und Methoden konventioneller, nichtinvasiver Beatmungstherapien

Der Antragsteller soll umfangreiche theoretische Kenntnisse haben über:

- a) Grundlagen der normalen Atmung, der schlafbezogenen Atmungsstörungen und der Rhonchopathie
 - Physiologische Grundlagen der Atmung im Wachzustand und im Schlaf
 - Anatomie der oberen Atemwege (Kraniofaziale, rhino-pharyngeale und laryngeale Aspekte, die eine Obstruktion der oberen Atemwege begünstigen)
 - Kardiovaskuläre Zusammenhänge
 - Hämodynamische Veränderungen
 - Psychische Einflussfaktoren
- b) Diagnose, Differentialdiagnose und Klassifikation der schlafbezogenen Atmungsstörungen.
Der Antragsteller soll die spezifische Symptomatik, Differentialdiagnose, Klassifikation, Prognose und Folgeerkrankungen bei den folgenden Krankheitsbildern kennen und selbständig die adäquaten diagnostischen Programme aufstellen können; hierzu gehören neben den stationären apparativen diagnostischen Methoden auch die Kenntnis über die Indikation, Durchführung und klinische Bewertung ambulanter diagnostischer Einheiten zur Erkennung von:
 - Schlafbezogenen Störungen der Atmung mit Obstruktion der oberen Atemwege Obstruktives Schnarchen

- Zentrales Schlafapnoe-Syndrom
- Kongenitales zentrales Hypoventilationssyndrom (CCHS)
- Sekundäre alveoläre Hypoventilation
- Schlafbezogene Atmungsstörungen bei psychiatrischen und neurologischen Erkrankungen
- Schlafbezogene Atmungsstörungen bei internistischen Erkrankungen
- Schlafbezogene Atmungsstörungen bei kardiopulmonalen Erkrankungen
- Schlafbezogene Atmungsstörungen bei muskuloskelettalen Erkrankungen
- Schlafbezogene Atmungsstörungen bei pädiatrischen Erkrankungen

c) Kenntnis über die Indikation spezifischer therapeutischer Verfahren:

- Medikamentöse Therapie
- Mechanische Therapie:
 - Nasale CPAP-Therapie
 - Nasale BiPAP-Therapie
 - Nasale IPPV-Therapie und BiPAP-T/ST Therapie
 - Chirurgische Therapie

d) Kenntnis über die Indikation und Fähigkeit zur Durchführung verhaltenstherapeutischer Verfahren bei schlafbezogenen Atmungsstörungen

3. Erstellung von Gutachten über Schlafstörungen

Der Antragsteller soll fähig sein, ein fachliches Gutachten über Schlafstörungen zu erstellen. Dazu gehören neben der Diagnostik, Differentialdiagnostik und Klassifikation auch die Kenntnisse über die Auswirkungen der Schlafstörungen auf die psychische Verfassung, die berufliche Leistungsfähigkeit, Geschäfts- und Schuldfähigkeit.

*Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich und divers (m/w/d) verzichtet.

Stand 24.2.2021