

## **Titel:** Schlafstörungen in der gynäkologischen Praxis - Diagnostik und moderne Behandlungsmöglichkeiten (Online-Seminar)

### **Einleitung:**

Frauen sind deutlich häufiger als Männer von Schlafstörungen betroffen und thematisieren diese häufig in der gynäkologischen Praxis. Besonders in den Wechseljahren führen hormonelle Veränderungen zu Schlafstörungen, die sich nicht selten zu einer chronischen Insomnie entwickeln. Auch andere Lebenssituationen wie die Schwangerschaft, ein unerfüllter Kinderwunsch und externe Faktoren wie Kontrazeptiva beeinflussen den Schlaf der Patientinnen. Eine gute Diagnostik und die Anwendung evidenzbasierter Behandlungsmethode kann das Entstehen oder Chronifizieren einer Schlafstörung und deren Folgeerscheinungen verhindern. Diskutiert werden in diesem Seminar u.a. die Anwendung einer Hormonersatztherapie, retardierende Melatoninpräparate und evidenzbasierte Digitale Gesundheitsanwendungen ("Apps auf Rezept").

### **Veranstalter:**

Spitzenverband Digitale Gesundheitsversorgung e.V.

### **Wissenschaftliche Leitung:**

Frau Dr. med. Petra Cassel  
*Niedergelassene Gynäkologin in eigener Praxis*  
*Praxis Dr. Petra Cassel, Gießen*

### **Veranstaltungsdaten und -ort:**

03.04.2025 18:00 - 19:30 Uhr

07.07.2025 18:00 - 19:30 Uhr

17.11.2025 18:00 - 19:30 Uhr

live auf <https://digitalversorgt.info/cme-fortbildung-schlafstoerung-gynaekologie/>

### **Referenten:**

**Frau Dr. med. Petra Cassel** ist niedergelassene Fachärztin für Frauenheilkunde in eigener Praxis mit zwei angestellten Kolleginnen in Gießen. Nach Facharztausbildung, u. a. an der Universitätsklinik Marburg, hat sich die Versorgung von Patientinnen mit Wechseljahresbeschwerden zu einem Schwerpunkt entwickelt. Sie ist Mitglied in der deutschen Menopausegesellschaft und hat gemeinsam

mit ihrem Ehemann Dipl.-Psych. Werner Cassel mehrere Publikationen zum Thema Frauengesundheit und Schlaf verfasst.

**Dipl.-Psych. Werner Cassel** ist Gründungsmitglied der Deutschen Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin (DGSM). Er hat die Zusatzqualifikation Schlafmedizin der DGSM (Somnologe) und war über mehr als 20 Jahre Mitglied der Prüfungskommission Somnologie der DGSM. Herr Cassel ist derzeit im Schlafmedizinischen Zentrum des Klinikums der Philipps-Universität Marburg sowohl in der Ambulanz als auch im stationären Bereich tätig. In der Forschung besteht eine enge Kooperation mit der Klinik für Frauenheilkunde und in der Patientenversorgung mit der Praxis seiner Frau.

Die Referenten werden **potenzielle Interessenkonflikte in einer Selbstauskunft** gegenüber den Teilnehmern zu Beginn der Veranstaltung offenlegen.

**Teilnahmegebühren:**

Keine.

**Anmeldemodalitäten:**

Keine.

**Sponsoren:**

mementor DE GmbH  
Karl-Heine-Straße 15  
04229 Leipzig  
Deutschland

Die mementor DE GmbH zahlt das Honorar des Referenten

Es wurde sichergestellt, dass weder von Seiten des Sponsors noch von anderer Stelle **produkt- bzw. dienstleistungsbezogen** Einfluss auf die Lerninhalte genommen wird.

**Zusammenfassung Inhalt:**

In diesem Seminar wird die Bedeutung von Schlafstörungen in der gynäkologischen Praxis dargestellt. Die Teilnehmenden erhalten eine Übersicht über die Häufigkeit von Schlafstörungen bei Frauen, die Diagnostik von Schlafstörungen und die Behandlungsmethoden,

insbesondere durch Hormonersatztherapie und digitale Gesundheitsanwendungen (DiGA), die Kognitive Verhaltenstherapie bei Insomnie digital umsetzt.

**Zeitlicher Ablauf plus Referentenliste:**

Referent	Thema	Inhalte	Dauer
Frau Dr. med. Petra Cassel	Schlafstörungen in der gynäkologischen Praxis: Übersicht von Schlafstörungen mit Fokus auf die weibliche Bevölkerung; Analyse von Schlaf in verschiedenen Lebensphasen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Klassifikation von Schlafstörungen</li> <li>• Restless Legs Syndrom</li> <li>• Insomnie (Fallbeispiel, Prävalenz, Folgen, Diagnostik)</li> <li>• Adoleszenz</li> <li>• Kontrazeptiva</li> <li>• Schwangerschaft</li> <li>• Kinderwunsch</li> <li>• Klimakterium</li> </ul>	<b>30 min</b>
Dipl.-Psych. Werner Cassel	Fokus Insomnie und Behandlung der Insomnie: Pathomechanismus, Diagnostik, Leitlinienempfehlung der Behandlung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teufelskreis der Insomnie</li> <li>• Insomnie Severity Index</li> <li>• Versorgungssituation (Medikamente vs. KVT-I)</li> </ul>	<b>15 min</b>
	Digitale Gesundheitsanwendungen: Welche DiGA für Insomnie sind zugelassen und welchen Nutzen haben Sie in der gynäkologischen Praxis?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Was ist eine DiGA?</li> <li>• Übersicht und Vergleich verschiedener Insomnie DiGA</li> <li>• Funktionsweise und Evidenz von Insomnie-DiGA</li> <li>• Verordnungsprozess</li> </ul>	<b>15 min</b>
Dauer Vortrag:			<b>60 min</b>
Dauer Diskussion:			<b>30 min</b>

Gesamtdauer Veranstaltung			<b>90 min</b>
------------------------------	--	--	---------------

**Schriftliche Darlegung der werbefreien, firmen- und produktneutralen Lernumgebung sowie der "räumlichen Trennung" gemäß den Anforderungen in der Checkliste:**

Die Fortbildungsplattform des Spitzenverbands Digitale Gesundheitsversorgung e.V. fungiert als Lernumgebung und -plattform und ist vollständig firmen- und produktneutral. Sämtliche Inhalte im wissenschaftlichen Programm sind ebenfalls frei von werblichen Einflüssen und neutral in Bezug auf Produkte.

**Schriftliche Darlegung zur Gewährleistung der kontinuierlichen Anwesenheit jedes Teilnehmenden:**

Auf der Landingpage neben dem Live-Stream wird das Tool Slido bereitgestellt, über das sich die Teilnehmenden anmelden müssen. Nach der Anmeldung werden dort die EFN erfasst und über das Tool findet auch die Lernerfolgskontrolle statt. Somit wird zu Beginn und am Ende der Veranstaltung die Anwesenheit jedes Teilnehmenden überprüft.

**Schriftliche Darlegung zu Interaktionsmöglichkeiten zwischen Referierenden und Teilnehmenden:**

Das Webinar wird live auf der Plattform gestreamt. Über Slido haben die Teilnehmenden die Möglichkeit, Fragen zu stellen sowie an Umfragen und der Lernerfolgskontrolle teilzunehmen.