

Schlafstörungen

Den Fortbildungsbeitrag finden Sie auf Seite 20ff.
Teilnahme bis 27.08.2027



1. Wie wirkt Daridorexant bei Insomnie?

- A) Es steigert die Freisetzung von Melatonin aus der Epiphyse.
- B) Es blockiert die Orexin-Rezeptoren und hemmt dadurch die wachhaltende Wirkung der Orexine.
- C) Es wirkt als dämpfendes Benzodiazepin direkt auf das zentrale Nervensystem.

2. Bei welchen Personen sollten Baldrianwurzel-Extrakte in der Selbstmedikation nicht angewendet werden?

- A) bei Schwangeren, Stillenden und Kindern unter zwölf Jahren
- B) bei Erwachsenen über 70 Jahren
- C) bei Menschen mit Jetlag und Schichtarbeit

3. Die Narkolepsie ist eine ...

- A) Einschlafstörung, ausgelöst durch Medikamente.
- B) Schlafstörung mit Tagesschläfrigkeit trotz ausreichendem Nachtschlaf.
- C) Rhythmusverschiebung bei Schichtarbeit oder durch Jetlag.

4. Warum stehen H1-Antihistaminika wie Diphenhydramin und Doxylamin auf der PRISCUS-Liste?

- A) weil sie das hohe Risiko einer starken psychischen und physischen Abhängigkeit haben
- B) weil sie sehr häufig Wechselwirkungen mit Blutdruckmedikamenten zeigen
- C) weil sie bei älteren Menschen anticholinerge Effekte und ein erhöhtes Sturzrisiko verursachen können

5. Der Begriff CPAP steht für eine ...

- A) schlafbezogene Atemstörung.
- B) Gesichtsmaske gegen Atemaussetzer.
- C) Methode zu Gaumenmandelentfernung.

6. Welche maximale Anwendungsdauer wird für Benzodiazepine empfohlen?

- A) sechs Wochen
- B) drei Wochen
- C) vier Wochen

7. Wie hoch ist der durchschnittliche Schlafbedarf von Menschen nach dem 70. Lebensjahr?

- A) zwischen fünfeinhalb und sechs Stunden
- B) etwa sieben bis acht Stunden
- C) mindestens neun Stunden

8. Warum kann Tryptophan bei Schlafstörungen eine Option sein?

- A) weil Tryptophan die Orexin-Rezeptoren blockiert
- B) weil Tryptophan für die Biosynthese von Serotonin und Melatonin benötigt wird
- C) weil Tryptophan als Antihistaminikum den Wachzustand unterdrückt

9. Eine Kundin berichtet, dass sie ihre Zopiclon-Tabletten nicht vor dem Schlafengehen einnimmt, sondern bei nächtlichem Erwachen. Welcher Effekt ist dadurch nicht zu erwarten?

- A) Unwirksamkeit
- B) Sturzgefahr
- C) Hangover

10. Für welche Personengruppe rät das Bundesinstitut für Risikobewertung von Melatonin-haltigen Nahrungsergänzungsmitteln ab?

- A) Menschen über 55 Jahre
- B) Schichtarbeiter
- C) Kinder



◀ Hier geht es zum Online-Fragebogen.