

## Themen:

**18:00-18:15** Begrüßung  
Info und Neues von der Selbsthilfe

① **18:15 – 19:00 Grundseminar**  
„Schlafapnoe-Syndrom, die Erkrankung und ihre Behandlung“ (30 Min. Vortrag und 15 Min. Fragen/Antworten) (Arzt- /Fachvortrag)

② **19:00 - 20:00 Maskenschule**  
„Maskenschule, Infos über Masken und Zubehör, sowie allgemeiner Erfahrungsaustausch (Probleme, Tricks, Pflege- und Reinigungshinweise)“

③ **19:00 - 20:00 Spezialthema**  
„Reisen mit CPAP, geht es überhaupt, an was muss man denken?“  
„OSAS und Verkehrstüchtigkeit“

④ **19:00 - 20:00 Spezialthema**  
„Psychische Belastung unter CPAP-Therapie sowie der „erholtsame“ Schlaf und Schlafstörungen“ (Vortrag Dipl. Psychologin)

⑤ **19:00 - 20:00 Spezialthema**  
„Funktionsweise der Luftbeleuchter“

⑥ **19:00 - 20:00 Spezialthema**  
„Schlafapnoe-Syndrom - gibt es alternative Behandlungsmöglichkeiten außer CPAP-Maske, gibt es zahnärztliche oder andere Hilfen?“

⑦ **19:00 - 20:00 Spezialthema**  
„Hilfsmittelversorgung + CPAP-Geräte, Pflege + Wartung“

	immer <b>Donnerstags</b> <b>18:00- 20:00 Uhr</b> Monat 2009	Lungenklinik SMZ- Köln- Merheim	Malteserkrankenhaus St. Hildegardis	St. Elisabeth Krankenhaus Köln-Hohenlind	Augustinerinnen (Severins- klösterchen)	Universitäts- Klinikum Bonn Venusberg
15. Januar	①+⑤					
05. Februar			①+⑦			
12. Februar						①+⑧
05. März	①+④			①+③		
26. März					①+②	
09. April	①+②					
07. Mai			①+⑤			
14. Mai						①+②
28. Mai					①+⑧	
04. Juni				①+②		
24. Juni <u>14:00 Uhr</u>	<b>SAS- Tag</b>	<b>SAS- Tag</b>	<b>SAS- Tag</b>	<b>SAS- Tag</b>	<b>SAS- Tag</b>	<b>SAS- Tag</b>
09. Juli	①+⑥					
27. August					①+⑦	
03. Septem.	①+⑦		①+⑨			①+⑩
01. Oktober				①+⑧		
05. Novem.	①+③		①+②			
12. Novem.					①+⑤	
19. Novem.						①+⑦
03. Dezem.				①+⑩		

(kurzfristige Themenänderungen möglich,  
Anmeldung nicht erforderlich)

⑧ **19:00-20:00 Uhr Spezialthema**  
„Bluthochdruck und Schlafstörungen“

⑨ **19:00 - 20:00 Spezialthema**  
„Gesunde Ernährung bei Schlafapnoe - was ist zu beachten“

⑩ **19:00-20:00 Spezialthema**  
„HNO und Schlafapnoe aus Sicht eines HNO Arztes  
- was beachtet werden soll -“

### Großveranstaltung Mittwoch 24. Juni 2009

⌚ **14:00 bis 20:00 Uhr**

#### “14. Kölner Schlafapnoetag”

*geplantes Thema:*

**Obstruktive, zentrale, gemischte und komplexe Schlafapnoe -Diagnostik und Behandlung-**

Gemeinsame Veranstaltung der Kölner Schlaflabore zur Woche des Schlafes mit großer Firmenausstellung von Geräten und Masken

Ort: RehaNova, Reha-Klinik Köln-Merheim

(Ausschilderung)

Achten Sie auf das separate Programm  
(anfordern im Internet oder bei den Telefonnummern)

Druck mit freundlicher Unterstützung der Firma:

**WEINMANN**

## Ortsgruppen und Veranstaltungsorte

### SH-SAS Köln - rechtsrheinisch

Edgar Völger ☎ 0221 - 893489  
Veranstaltungsort:  
Schlafmedizinisches Zentrum Köln-Merheim (SMZ)  
Kliniken der Stadt Köln, Lungenklinik Köln-Merheim,  
Schlaflabor, 51109 Köln-Merheim, Ostmerheimer Str. 200  
☎ 0221 - 8907-3374, Konferenzraum: Haus 25 (neben  
der Kapelle) - [www.schlafmedizin-koeln-merheim.de](http://www.schlafmedizin-koeln-merheim.de)

### SH-SAS Köln - linksrheinisch

Rita Schumacher ☎ 0221-121693  
Veranstaltungsorte:  
Malteser Krankenhaus St. Hildegardis Köln  
Schlaflabor, 50931 Köln, Bacherer Str. 29-33  
☎ 0221 - 4003-282 - Konferenzraum neben der Cafeteria  
[www.malteser-stildegardis.de](http://www.malteser-stildegardis.de)

St. Elisabeth-Krankenhaus GmbH, Medizinische Klinik  
Schlaflabor, 50935 Köln-Hohenlind, Werthmannstr. 1  
☎ 0221 - 4677-0, Konferenzraum - [www.hohenlind.de/](http://www.hohenlind.de/)

### SH-SAS Köln - Zentrum

Hotline ☎ 01577 - 4602790  
Veranstaltungsort:  
Krankenhaus der Augustinerinnen (Severinsklösterchen)  
Schlaflabor, 50678 Köln-Innenstadt, Jakobstr. 27-31  
☎ 0221 - 3308-0 Hörsaal: alte Cafeteria  
[www.koeln-kh-augustinerinnen.de](http://www.koeln-kh-augustinerinnen.de)

### SH-SAS Bonn/Rhein-Siegkreis

Günther Krechel ☎ 02241 - 806864  
Internet: [www.shg-troisdorf.net](http://www.shg-troisdorf.net)  
E-Mail-Adresse: [shg-troisdorf@t-online.de](mailto:shg-troisdorf@t-online.de)  
Veranstaltungsort:  
Universitäts-Klinikum-Bonn (Venusberg)  
Medizinische Klinik und Poliklinik 2  
Schlaflabor  
53127 Bonn, Sigmund-Freud-Str. 25  
☎ 0228 - 287-14408  
Uni-Klinik Chirurgie - kleiner Hörsaal  
[www.herzzentrum-bonn.de/kardiologie/](http://www.herzzentrum-bonn.de/kardiologie/)

### SH-SAS Rhein-Erft-Kreis

Holger Junge ☎ 02237 - 4984

## Patienten informieren Patienten

### Informationsbüro der Selbsthilfe

Antworten zu Fragen der Therapie und täglichen Praxis erhalten Sie bei der Selbsthilfe SAS-Köln

### Sprechstunden:

Lungenklinik Köln-Merheim Haus 23 (Erdgeschoss)  
Jeden zweiten Dienstag im Monat von 10:00 – 12:00 Uhr  
(Terminvereinbarung über das Schlaflabor)  
Krankenhaus der Augustinerinnen  
Jeden ersten Dienstag im Monat Zimmer 23  
(Terminvereinbarung über das Schlaflabor)  
Malteser Krankenhaus St. Hildegardis  
Jeden ersten Dienstag im Monat von 14:00 – 16:00 Uhr  
(Terminvereinbarung über das Schlaflabor) Station Hedwig  
Zimmer 1085

Zu diesen Sprechstunden sind alle Patienten willkommen, egal aus welchem Schlaflabor, aber auch, wenn sie noch nicht behandelt wurden oder sich nur informieren wollen!

### **SAS-Gruppenabend-Köln**

**3. Dienstag im Monat 18:00 - 20:00 Uhr**  
Krankenhaus der Augustinerinnen  
(Severinsklösterchen) Personalwohnheim  
EG Zimmer 23 u.a. Fragen zur Schwer-  
behinderung

### **SAS-Gruppenabend-Bonn**

**4. Dienstag im Monat 18:00 - 20:00 Uhr**  
Uni-Klinik, Bettenhaus 1, Seminarraum UG  
(neben Herzchirurgie nahe Hauptforde)  
Patienten aus allen Schlaflaboren sind  
willkommen!

### **Kontakt**

**Selbsthilfe Schlafapnoe-Syndrom  
(SAS) Köln, Regionalverband Köln-Bonn  
und Umgebung**

Hotline **SAS-Köln**

**01577 - 4602790**

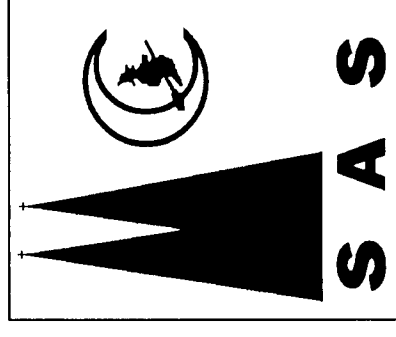
Internet: [www.schlafmedizin-koeln.de](http://www.schlafmedizin-koeln.de)

E-Mail-Adresse: [SAS-Koeln@gmx.de](mailto:SAS-Koeln@gmx.de)

## SELBSTHILFE

# SCHLAF APNOE SYNDROM

.....KÖLN



## Programmübersicht 2009

kostenlose Seminare,  
Arzt-Vorträge und Informationen

Patientenseminare und  
Informationsabende der  
**SAS-Region Köln-Bonn  
und Umgebung**