



Somnologie 2024 · 28:1–2
<https://doi.org/10.1007/s11818-024-00451-w>
 Angenommen: 17. Januar 2024

© The Author(s), under exclusive licence to Springer Medizin Verlag GmbH, ein Teil von Springer Nature 2024



Neues aus dem klinisch-wissenschaftlichen Nachwuchs

Maren-Jo Kater¹ · Lisa Steinmetz²

¹ Universität Bielefeld, Bielefeld, Deutschland

² Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Universitätsklinikum Freiburg, Freiburg, Deutschland

Sehr geehrte Leserinnen und Leser,

Die Zukunft hängt davon ab, was wir heute tun. Ein besonderes Augenmerk sollte daher auf einem breiten Spektrum von untersuchten Themen, insbesondere beim klinisch-wissenschaftlichen Nachwuchs, liegen.

In dieser heutigen Schwerpunktausgabe der *Somnologie* „Neues aus dem klinisch-wissenschaftlichen Nachwuchs“ geben wir einen Einblick in verschiedene Forschungsbereiche des Nachwuchses. Unsere schlafinteressierten Student*innen, Doktorand*innen und Postdoktorand*innen stammen aus verschiedenen Fachrichtungen, wie Medizin, Psychologie, Ingenieurwissenschaften, Informatik, Sportwissenschaften und Naturwissenschaften. Einige von uns interessieren sich für klinische und/oder angewandte Forschung, während andere sich zur Grundlagenforschung hingezogen fühlen. Die Vielfalt dieser Gruppe spiegelt sich in den unterschiedlichen Schwerpunkten der folgenden sechs Beiträge wider.

Im Schlaf eröffnet sich eine spannende und innovative Welt – zumindest erleben dies Menschen während ihres luziden Träumens. Die Faszination der Klarträume wurde durch die Medien in die Bevölkerung getragen, wo ein zunehmendes Interesse feststellbar ist. Im ersten Beitrag stellt *Klofat* mit der „Wake-up-back-to-bed“-Methode eine Technik vor, welche die Erfolgswahrscheinlichkeit für Klarträume im Home-Setting erhöht.

Der bisherige Ansatz der Schlafdiagnostik ist von Schlaflabor zu Schlaflabor unterschiedlich und inkludiert verschiedenartige Instrumente. In ihrem Beitrag validieren *Eggert und Dietz Terjung* den DREEP® Schlaftest, eine browserbasierte Anwendung zur Diagnose von häufigen Schlafstörungen, die den Betroffenen bereits vor dem Gang ins Schlaflabor valide Hinweise auf eine relevante vorliegende Schlafstörung auf Basis ausgewählter Items geben könnte.

Im dritten Beitrag adressieren *Gerdes und Mertel* die Schnittstelle zwischen Immunologie und Neurologie bei Schlafstörungen. In diesem Beitrag wird ein Über-



QR-Code scannen & Beitrag online lesen

blick zu den immunologisch vermittelten neurologischen Schlafstörungen unter Einbezug des aktuellen Forschungsstandes gegeben.

Innovative Sleep Gadgets finden in der breiten Masse immer mehr Anwendung. Besonders hinsichtlich chronobiologischer Therapie sind hier weitere Anwendungen, neben den blaulichtfilternden Brillen oder stationären Lichttherapien, denkbar. In einer Originalstudie untersuchen *Ottersbach und Kollegen*, ob tragbare Lichtbrillen die frühmorgendliche Wachheit von Nachtarbeiter*innen steigern können, und verweisen damit auf einen möglicherweise vielversprechenden Ansatz, um die Herausforderungen von Schichtarbeit anzugehen.

Die Zukunft der Behandlung von Schlafstörungen kann nicht allein in den Schlaflaboren liegen; dafür ist die Versorgungslücke leider zu groß. Um diese zu schließen, schlägt das Stepped-Care-Modell eine stufenweise Behandlung vor, welche auch die psychotherapeutische oder psychiatrische Fachbehandlung inkludiert. Die DGSM möchte nun in ihrer Ausbildungsakademie zukünftig einen verstärkten Schwerpunkt auf qualitativ hochwertige Weiterbildungen legen. *Marx-Dick* stellt in ihrem Beitrag die Idee des „Zertifikat psychotherapeutische Schlafmedizin“ vor, welches psychotherapeutisch Tätige qualifiziert, schlaftherapeutisch zu arbeiten.

Die größte Herausforderung der letzten Jahre stellte die COVID-19-Pandemie dar, welche durch verschiedenste Faktoren neben der körperlichen Gesundheit auch die mentale Gesundheit beanspruchte. In einer Originalstudie untersuchen *Kater und Kollegen* den Zusammenhang zwischen dem Schlafverhalten und der psychischen Gesundheit von Jugendlichen vor und während der COVID-19-Pandemie. Dabei betonen sie die Relevanz von personenbezogenen Ressourcen für die Schlafgesundheit.

Wir freuen uns, mit diesen Beiträgen einen kleinen Ausschnitt aus dem breiten Spektrum an Forschungsthemen, die der klinisch-wissenschaftliche Nachwuchs bearbeitet, präsentieren zu können. Zudem hoffen wir, durch unser Engagement auch den zukünftigen Nachwuchs zu erreichen und bei ihm die Faszination für das Thema Schlaf wecken zu können. Abschließend

möchten wir uns bei allen Autor*innen, Gutachter*innen, dem Herausgeber und dem Vorstand der DGSM für ihr großes Engagement und ihre Unterstützung bedanken. Ohne sie wäre dieses Themenheft nicht möglich gewesen.

Nun wünschen wir Ihnen viel Freude beim Lesen!

Ihre kommissarischen Sprecher der AG „Klinisch-wissenschaftlicher Nachwuchs“

Lisa Steinmetz (Freiburg) und
Maren-Jo Kater (Bielefeld)

Korrespondenzadresse

Maren-Jo Kater

Universität Bielefeld
Universitätsstr. 25, 33619 Bielefeld,
Deutschland
maren-jo.kater@uni-bielefeld.de

Lisa Steinmetz

Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie,
Universitätsklinikum Freiburg
Hauptstr. 5, 79104 Freiburg, Deutschland
lisa.steinmetz@uniklinik-freiburg.de

Interessenkonflikt. M.-J. Kater und L. Steinmetz geben an, dass kein Interessenkonflikt besteht.

Hinweis des Verlags. Der Verlag bleibt in Hinblick auf geografische Zuordnungen und Gebietsbezeichnungen in veröffentlichten Karten und Institutsadressen neutral.