

Kompetenzzentrum RLS und Beinschmerzen

hat sich speziell auf den Bereich des Syndroms der unruhigen Beine (RLS – Restless Legs Syndrom) und auf Beinschmerzen im Allgemeinen fokussiert.

Daher hat es sich zur Aufgabe gemacht dem Betroffenen durch Aufklärung und einer ganzheitlichen Betreuung zu helfen.

Das Kompetenzzentrum für RLS und Beinschmerzen ist ein qualifizierter Ansprechpartner bei derartigen Erkrankungen und Beschwerden und sieht sich in der Verantwortung die Patientenversorgung in diesem Bereich nachhaltig zu verbessern.

Deshalb organisiert es regelmäßig Informationsveranstaltungen mit wechselnden Themenschwerpunkten für Patienten, wie auch Fortbildungsveranstaltungen für Ärzte.

Im Rahmen der Umsetzung des ganzheitlichen Konzeptes arbeitet es mit diversen namhaften Kooperationspartnern der entsprechenden Fachbereiche zusammen. So kann sichergestellt werden, dass den Patienten schnell und unkompliziert geholfen wird.



Grünstr. 23
40212 Düsseldorf
Deutschland

Telefon: 0211/302006-0
Fax: 0211/302006-11
Web: www.rls-zentrum.de,
Mail: info@rls-zentrum.de



Wir führen Sie medizinisch in die richtige Richtung!

Patientenschulung



Schlafstörungen / Schlafhygiene

Patientenschulung

Schlafstörungen Anleitung zur Schlafhygiene

In dieser Schulung vermittelt Dipl. med. Safi Hazzan Basiswissen über Ursachen und Auswirkungen von Schlafstörungen und zeigt Ihnen Wege wieder zu einem erholsamen Schlaf zu finden.

Der Schlaf ist die Zeit, die der Mensch benötigt um zu regenerieren und den täglichen Anforderungen gerecht zu werden. Gerade in der heutigen Zeit ist der Schlaf häufig gestört.

Sie lernen Ihre Situation zu analysieren, Probleme zu erkennen und Ihren individuellen Weg zu neuer Kraft und Erholung durch ungestörten Schlaf zu finden. Sie haben auch die Möglichkeit sich mit anderen Betroffenen auszutauschen.

Vortrag 1 (30 Minuten):

- Schlafstörungen - Ursachen und Wirkungen
 - Allgemein
 - Psychisch
- Diagnostik von Schlafstörungen:
 - Genaue Anamnese
 - Apparative Medizin

Vortrag 2 (30 Minuten):

- Schlafhygiene
 - Definition
 - Allgemeine Regeln
 - Analyse der persönlichen Situation

Vortrag 3 (20 Minuten):

- Techniken für einen gesunden Schlaf

Pause (15 Minuten)

Beratung (50 Minuten): individuelle Gruppenberatung

Im Anschluss an die Schulung steht noch ausreichend Zeit für weitere individuelle Gespräche zur Verfügung.

Erfrischungen werden gereicht.

Die Schulung findet in unseren Räumlichkeiten statt.

Grünstr. 23
40212 Düsseldorf

Um Voranmeldung wird gebeten.

Teilnahmegebühr beträgt 35 €.

Die Termine und weitere Informationen erfragen Sie bitte unter 0211/302006-0.



Dipl. med. Safi Hazzan

Herr Dipl. med. Safi Hazzan betreibt seit langen Jahren erfolgreich eine neurologische Praxis in Remscheid und zusätzlich eine Privatpraxis in Düsseldorf. Er verfügt u.a. über langjährige Erfahrungen in der Diagnostik und Therapie von Schlafstörungen.

Kompetenzzentrum RLS und Beinschmerzen

Grünstr. 23
40212 Düsseldorf

Telefon: 0211/302006-0
Fax: 0211/302006-11
Web: www.rls-zentrum.de,
Mail: info@rls-zentrum.de