

Schlafstörungen

„Wenn die Nacht zum Tag wird“ – Ganzheitlich beraten

Live-Online-Seminar | Kostenfreie Abendveranstaltung

Schlafstörungen gehören zu den häufigsten gesundheitlichen Beschwerden und sind ein zentrales Thema bei der Beratung in der Apotheke.

Fast 70 Prozent der Menschen in Deutschland klagen über Probleme beim Ein- oder Durchschlafen. Schlafprobleme beeinträchtigen aber nicht nur die Lebensqualität, sondern erhöhen auch das Risiko für ernsthafte Erkrankungen wie Bluthochdruck, Diabetes oder Depressionen – ein enormer Beratungsbedarf, bei dem pharmazeutische Kompetenz gefragt ist.

In diesem Seminar erfahren Sie, was „guter Schlaf“ eigentlich bedeutet und wie Sie die verschiedenen Formen von Schlafstörungen unterscheiden können.

Unser Referent beleuchtet die häufigsten Ursachen, insbesondere den Einfluss von chronischem Stress, und stellt Ihnen die Vor- und Nachteile unterschiedlicher Therapieansätze vor. Sie lernen, wie eine ganzheitliche Behandlung und Beratung aussieht, und welche pflanzlichen, homöopathischen und weiteren Optionen Sie Ihren Kundinnen und Kunden empfehlen können.

Praxisnahe Tipps helfen Ihnen, die Beratung in Ihrer Apotheke noch kompetenter und individueller zu gestalten. Nutzen Sie die Gelegenheit, Ihr Wissen zu vertiefen und sich für eines der wichtigsten Themen im Apothekenalltag fit zu machen.

Themenschwerpunkte:

- **Schlafstörungen im Fokus:**
Ein- und Durchschlafprobleme
- **Belastung für die Gesundheit:**
Erhöhtes Risiko für verschiedene Erkrankungen
- **Wissen, das weiterhilft:**
Verständnis für gesunden Schlaf und typische Störfaktoren
- **Ursachen erkennen:**
Einfluss von Stress und modernen Lebensgewohnheiten
- **Therapievielfalt verstehen:**
Von pflanzlichen und homöopathischen Mitteln bis zu weiteren ganzheitlichen Strategien
- **Für die Apothekenpraxis:**
Praktische Empfehlungen für eine sichere, individuelle Beratung

Referent:

Dr. med. Martin Oechler

FA HNO, Frankfurt

Dauer:

von 20:00 bis 21:30 Uhr

Termin:

Mittwoch, 30.09.2026

System für die Übertragung:

zoom

Teilnehmergebühr:

kostenfrei

Buchen unter:

www.h-a-v.de | Rubrik: Seminare
Oder **QR Code** scannen



Organisation und Durchführung:

GVA GmbH

Strahlenbergerstraße 112
63067 Offenbach

E: seminare@h-a-v.de

T: 069/792005-0

Mit freundlicher Unterstützung von