

Beobachtungsstudie zur Behandlung von Patienten mit chronischen Schlafstörungen durch kombinierte Therapie der modernen westlichen Medizin und der traditionellen chinesischen Medizin

Die Behandlungserfolge von Schlafstörungen durch Infektionseradikationen, Organfunktionsstärkungen, Ernährungsberatung und Verdauungsregulierungen

MVZ Ärztehaus Mitte Berlin

Abstract

Von August 2018 bis April 2022 wurden 166 Patienten mit chronischen Schlafstörungen aus dem Patientengut des Ärztehauses Mitte, Berlin, in Beobachtungsstudien aufgenommen. Die Studien konnten aus Sicht der modernen westlichen Medizin und aus komplementärmedizinischer Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin beobachten:

Magen-Darmerkrankungen, im Wesentlichen verursacht durch Infektionen, korrelieren mit Schlafstörungen. Infektionen und Mischinfektionen oder Störungen des Verdauungssystems durch pathogene Hefen und *H. pylori* verursachten nebst multiplen Störungen eine nachhaltige Beeinträchtigung der Milz- und Nierenfunktionen.

Die Behandlung der Schlafstörungen erfolgte in Anschluss an die Diagnostik durch ursächliche Behandlung der Magen-Darm-Erkrankungen mit fachmedizinischen *und* komplementärmedizinischen Maßnahmen. Dies führte bei 76 Prozent der Patienten zu guten bis sehr guten Verbesserungen des Schlafs (gemonitort bei 113 Patienten mit ausreichend langem Monitoring).

Der Behandlungserfolg durch integrierte Ursachenmedizin hängt von einer kontinuierlichen Compliance der Patienten über einen längeren Zeitraum ab. Entsprechend konnte beobachtet werden: Bei 90 Patienten mit hoher Compliance führte die Behandlung bei 87 Prozent zu guten bis sehr guten Verbesserungen des Schlafs; bei 23 Patienten mit geringer Compliance wiesen nur 35 Prozent gute bis sehr gute Besserungen auf.

Keywords: Schlafstörungen, Infektionen, Organfunktionsstörungen

Offener Zugang

Herausgegeben von:
Normamed Deutschland GmbH,
Berlin

Kontakt:
studies@normamed.com

Zitierung:
MVZ Ärztehaus Mitte
Berlin (2024):
Beobachtungsstudie zur
Behandlung von Patienten mit
chronischen Schlafstörungen
durch kombinierte Therapie der
modernen westlichen Medizin
und der traditionellen chinesi-
schen Medizin. Die Behandlungser-
folge von Schlafstörungen
durch Infektionseradikationen,
Organfunktionsstärkungen, Er-
nährungsberatung und Verdau-
ungsregulierungen, Normamed.
doi 10.61029/
normamed.2024.03.de

1 Einleitung

Von August 2018 bis April 2022 wurden bei Patienten des Ärztehauses Mitte in Berlin zwei Beobachtungsstudien durchgeführt:

- 1) Untersuchung des Zusammenhangs von Schlafstörungen, infektbedingten Magen-Darmerkrankungen und Organfunktionsstörungen (Beobachtungsstudie im Ärztehaus Mitte Berlin, Deutschland, unter Leitung von Dr. Sebastian Pfeiffer, Facharzt für Immunologie und Laboratoriumsmedizin) (1),
- 2) Diagnostikbeobachtungen der Traditionellen Chinesischen Medizin zu Organfunktionsstörungen bei Patienten mit Schlafstörungen und Infektionen, Bei Wang (TCM-Praxis Wang-Xie, Berlin, Deutschland) (Beobachtungsstudie in der Praxis für Traditionelle Chinesische Medizin Wang-Xie Berlin, unter Leitung von Bei Wang, Oberärztin (Shanghai) und Heilpraktikerin) (2).

Die Behandlung der diagnostizierten Krankheitsbilder erfolgte auf Wunsch der Patienten durch Kombination fachmedizinischer und komplementärmedizinischer Therapie. Auch die Erfolgskontrolle der Behandlungen im Rahmen ihres Monitorings und die Auswertung der erhobenen Daten erfolgte auf Wunsch und mit Einverständnis der Patienten.

Die Dauer der Schlafstörungen der Patienten bei Studieneintritt war teils erheblich. Sie lag bei 73 Patienten zwischen einem und fünf Jahren, bei 50 Patienten zwischen sechs und zehn Jahren und bei 43 Patienten gaben an, schon mehr als zehn Jahre an Schlafstörungen zu leiden. Insofern litten alle behandelten Patienten an chronischen Schlafstörungen. Anm.1

2 Ergebnisse der Diagnostik-Beobachtungsstudien

Die über fünf Jahre nach einjähriger Vorbereitungszeit von August 2018 bis April 2022 durchgeführten Studien beobachteten die Ergebnisse der allgemeinmedizinischen, laboranalytischen und komplementärmedizinischen Untersuchungen.

Die Beobachtung der Patienten erfolgte durch Auswertung der im normalen Praxisbetrieb eingesetzten serologischen und mikrobiologischen Laboranalytik.

Serologie, Ultraschall und EKG erfolgte durch technischen Standardeinsatz. Die mikrobiologische Materialgewinnung und die Auswertung des Materials wurden besonders sorgfältig durchgeführt (1). Schlafstörungen der Patienten wurden im Rahmen von Beschwerdebehandlungen der Patienten in der laufenden ärztlichen Praxis bekannt. Es wurde zur ursachenmedizinischen Behandlung der Schlafstörungen eine ausführliche Anamnese durchgeführt.

In Ergänzung der Beobachtung von Organfunktionsstörungen durch Laboranalytik und Sonografie des Ärztehauses wurden dieselben Patienten in der TCM-Praxis durch Ansicht, Pulsdiagnostik und Zungendiagnostik untersucht (2).

Die Beobachtung der Untersuchungen der 166 Patienten ergaben Verdauungsstörungen (bei 92 Prozent), Organfunktionsstörungen (bei 98 Prozent, überwiegend multiple) und Infektionen (bei 79 Prozent, teils Mischinfektionen).

Bei 77 Prozent der Patienten mit Schlafstörungen war das Bild der Verdauungsbeschwerden auffällig bis stark. Bei 70 Prozent der Patienten der Studie wurden Infektionen mit pathogenen Hefen gefunden, bei 24 Prozent Infektionen mit *H. pylori* und bei 17 Prozent Mischinfektionen.

Störungen der Nierenfunktionen waren bei 95 Prozent der Patienten zu beobachten, der Milzfunktion bei 42 Prozent, 20 Prozent wiesen eine kombinierte Nieren-Milz-Funktionsstörung auf.

3 Behandlung der Patienten

Im Anschluss an die fachmedizinische und komplementärmedizinische Diagnostik erfolgte die Behandlung der Schlafstörungen durch ursächliche Behandlung der Magen-Darm-Erkrankungen. Auf Wunsch der Patienten kamen sowohl fachmedizinische als auch komplementärmedizinische Maßnahmen zur Anwendung.

So wurde etwa zwecks Stoffwechselstabilisierung und Organstärkung die Behandlung der Infektionen mit Antibiotika durch Einnahme chinesischer Kräuter und Tees unterstützt sowie durch eine individuelle Ernährungsberatung. Spezielle TCM-Tees und Kräuter wurden zur Behandlung körperlicher Prozesse eingesetzt, an deren Ende sich unbehandelt auch chronische Schlafstörun-

gen zeigen. Diese chronischen Schlafstörungen sind also das Resultat einer fortschreitenden Kettenreaktion. Die ursächliche Behandlung umfasste die infektiobedingte Milz-Überbelastung und in der Folge Nieren-Überbelastung (Milz-Nieren-Yin-Schwäche) sowie resultierende Verdauungsstörungen und andere Organfunktionsstörungen (Leber und Herz). Diese Therapien wurde bei den Patienten als Alternative zu symptomorientieren Behandlungen (etwa durch Schlafmittel) oder anderen Maßnahmen der Schlafmedizin (von unterstützter Atmung bis zu Psychotherapien) durchgeführt.

4 Methode und Ergebnisse des Monitorings

Die Patienten wurden in standardisierten Anamnesen mittels Zehnerskalen über ihre subjektiven Einschätzungen der von ihnen empfundener Beschwerdestärken befragt. Sie wurden gebeten, ihre Schlafqualität, ihr Gesamtbefinden und ihre Verdauung zu bewerten.

In die subjektive Gesamtbewertung des Schlafs (vgl. Abb. 1) gingen Parameter wie empfundene Einschlafdauer, Durchschlafphasen, Qualität und Quantität nächtlicher Wachphasen (Häufigkeit des Erwachens und subjektiv empfundene Dauer), Schlafzeit und Tiefschlafempfinden ein.

Bitte geben Sie uns durch Ankreuzen der Skala einen Eindruck, wie Sie für die letzten 30 Tage oder für die Zeit seit dem letzten Monitoring Ihren Schlaf einschätzen: als eher gut (1) oder als eher schlecht (10):

Wie bewerten Sie den Schlaf in den letzten 30 Nächten oder für die Zeit seit dem letzten Monitoring?

1 gut	2	3	4	5	6	7	8	9	10 schlecht
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Abb. 1 Subjektive Bewertung der Gesamtqualität des Schlafes durch die Patienten

In der Schlafanamnese wurden Schlafqualitäten durch folgende Fragen erfragt: Wie oft wachen Sie durchschnittlich in der Nacht auf? Gab es für das Aufwachen besondere Gründe? Wie viele Stunden haben Sie durchschnittlich pro Nacht geschlafen? Haben Sie Schlafmittel eingenommen? Arbeiten Sie im Schichtdienst? Machen Sie tagsüber einen Mittagsschlaf? Schwitzen oder frieren Sie in der Nacht?

Erfragt wurde auch das morgendliche Befinden der Patienten, die Einschätzung ihrer Leistungsfähigkeit, die Intensität und Art des Schlafs („erholsamer Schlaf“ im Zusammenhang mit guter Leistungsfähigkeit und einem guten Gesamtzustand und Allgemeinbefinden).

Darüber hinaus wurden den Patienten Detailfragen aus ihrer Anamnese erneut gestellt. So konnte insbesondere die Compliance der Patienten bewertet werden und es wurden besondere Umstände sichtbar (etwa akute Erkrankungen oder persönliche Belastungen wie etwa ein Arbeitsplatzverlust oder der Tod eines Angehörigen).

Es wurden über einen Zeitraum von einem Jahr fragebogenbasierte Online-Monitorings sowie telefonische Befragungen durchgeführt. Die Monitorings begannen in der Regel eine Woche nach Behandlungsbeginn, die ersten drei Monitorings in wöchentlichem Abstand, dann vierzehntägig, dann bis Ende des sechsten Monats monatlich. Vor dem abschließenden Monitoring nach einem Jahr wurden die Patienten zudem zwischen dem sechsten und zwölften Monat monatlich angerufen und auf Basis des Fragebogens nach ihrem Befinden und ihren Lebensumständen telefonisch befragt.

Es zeigte sich, dass der Behandlungserfolg durch integrierte Ursachenmedizin von einer kontinuierlichen Compliance der Patienten über einen längeren Zeitraum abhing. Entsprechend konnte beobachtet werden: Bei 90 Patienten mit hoher Compliance führte die Behandlung bei 87 Prozent zu guten bis sehr guten Verbesserungen des Schlafs; bei 23 Patienten mit geringer Compliance wiesen nur 35 Prozent gute bis sehr gute Besserungen auf (vgl. Abb. 2 bis 4).

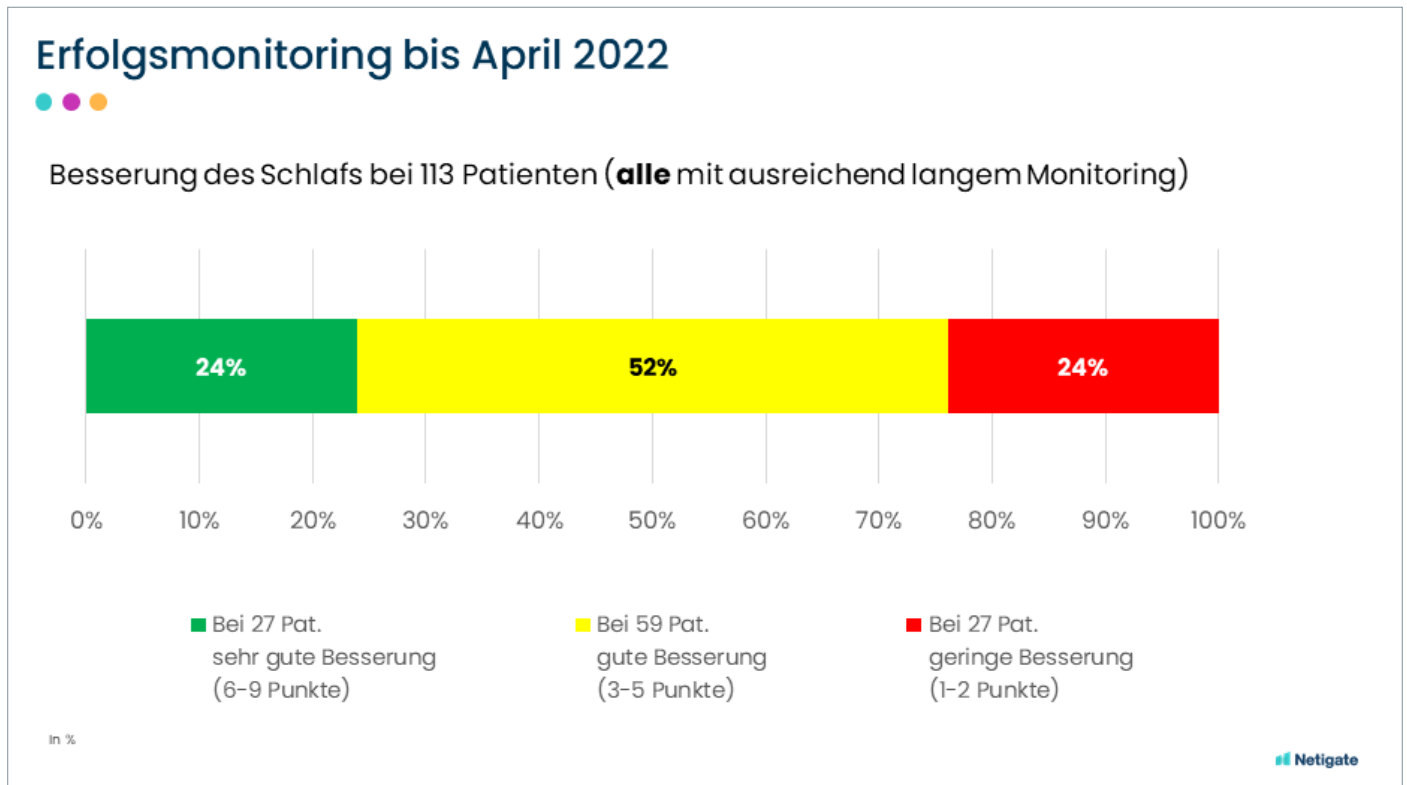


Abb. 2

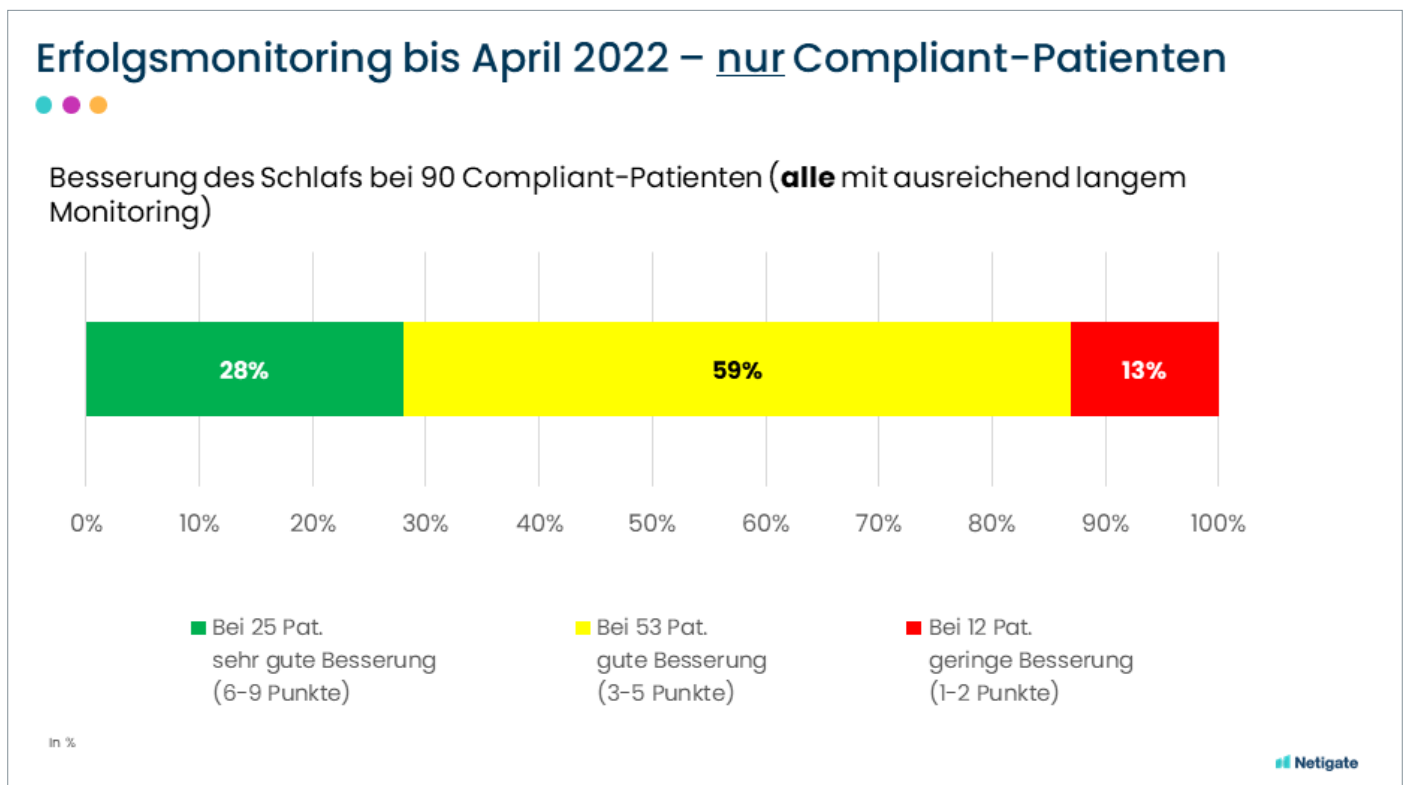


Abb. 3

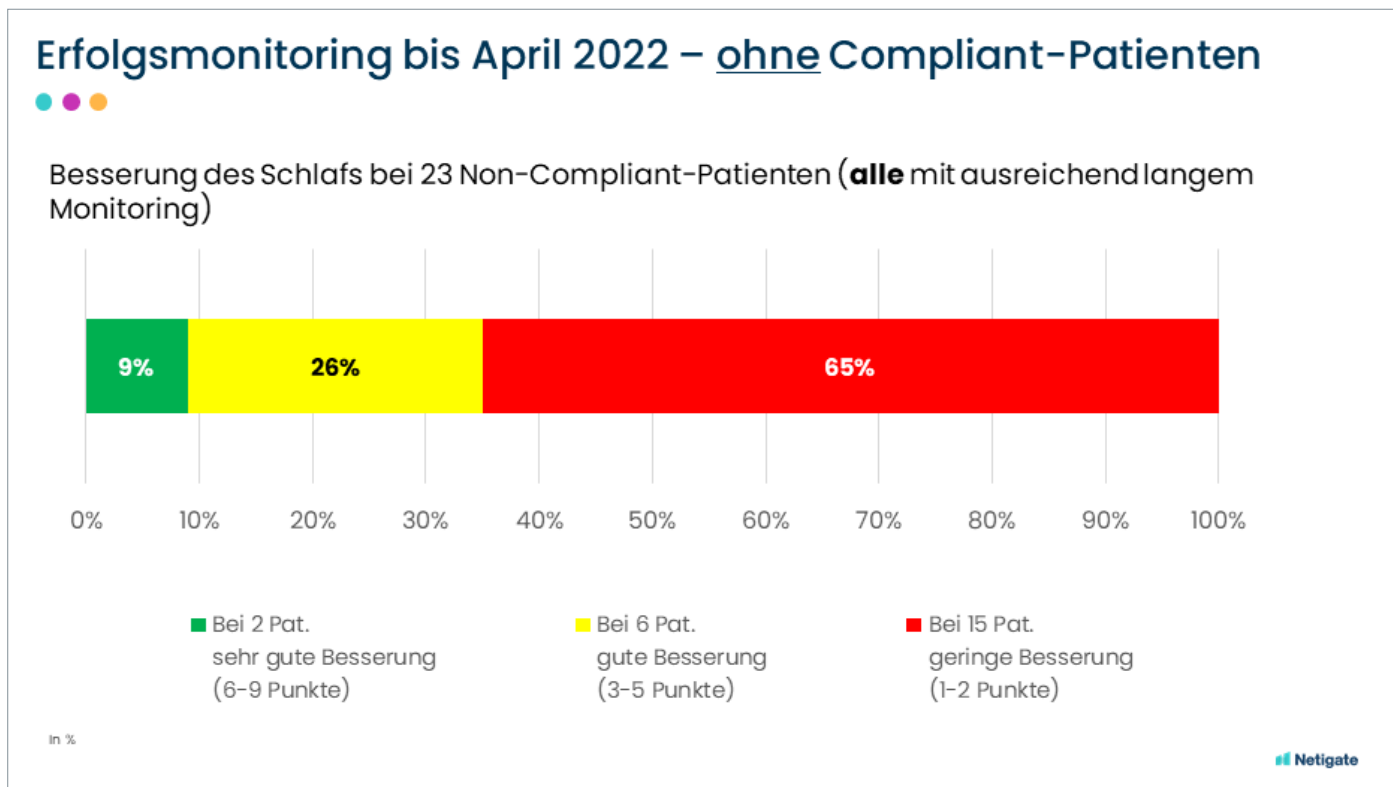


Abb. 4

Die Besserungsverläufe bei einzelnen Patientinnen und Patienten zeigen deutlich die Korrelation im Befinden

zwischen Schlafstörungen und Compliance über einen langen Zeitraum (6 bis 12 Monate) (vgl. z. B. Abb. 5).

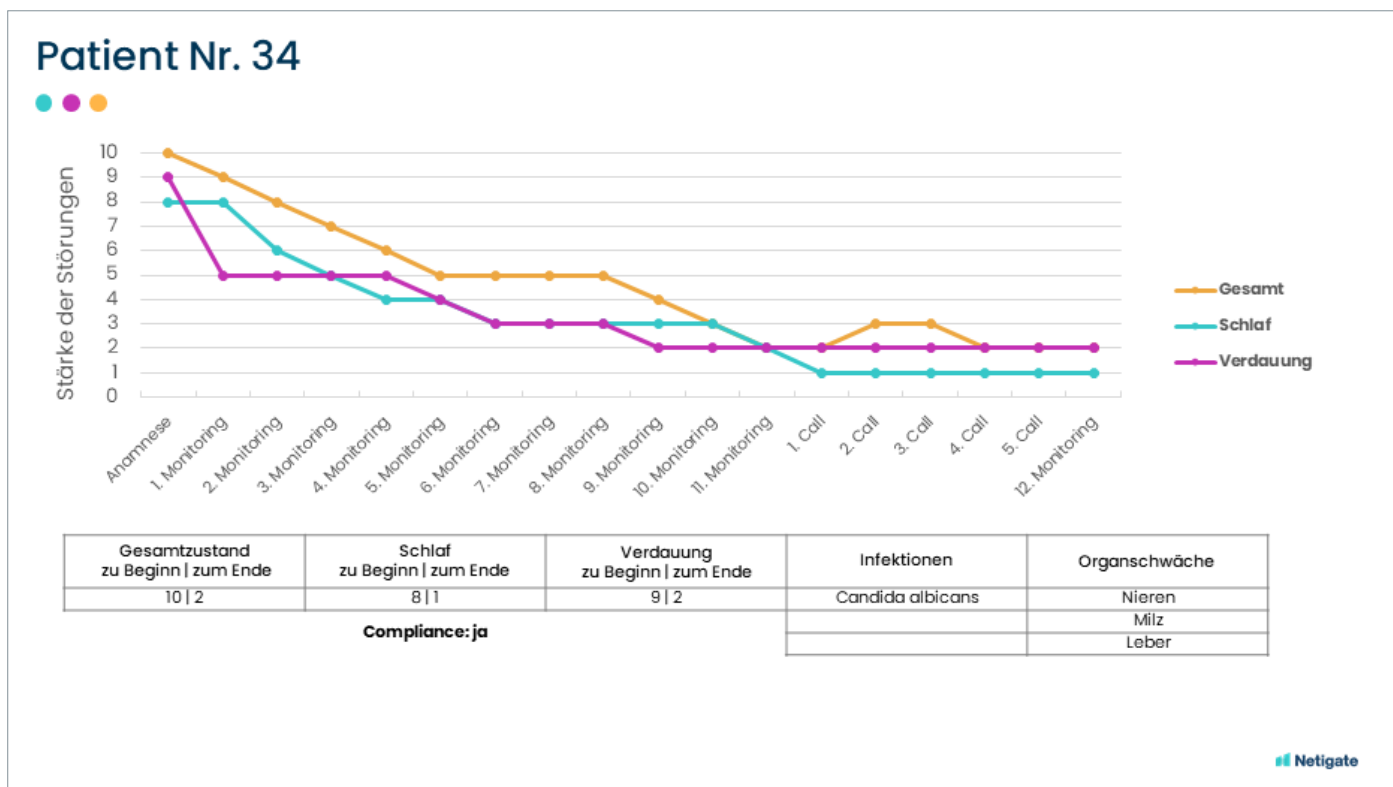


Abb. 5

Es zeigte sich auch, dass psychische Faktoren, etwa Stress durch außergewöhnliche Belastungen, kurzzeitig Einflüsse auf das Schlafgeschehen haben konnten. Bei gleichzeitiger stabiler Verbesserung der Verdau-

ungslage (als Spiegel der Organengesundheit) wurde aber oft eine nachhaltige Besserung des Schlafs beobachtet (Abb. 6).

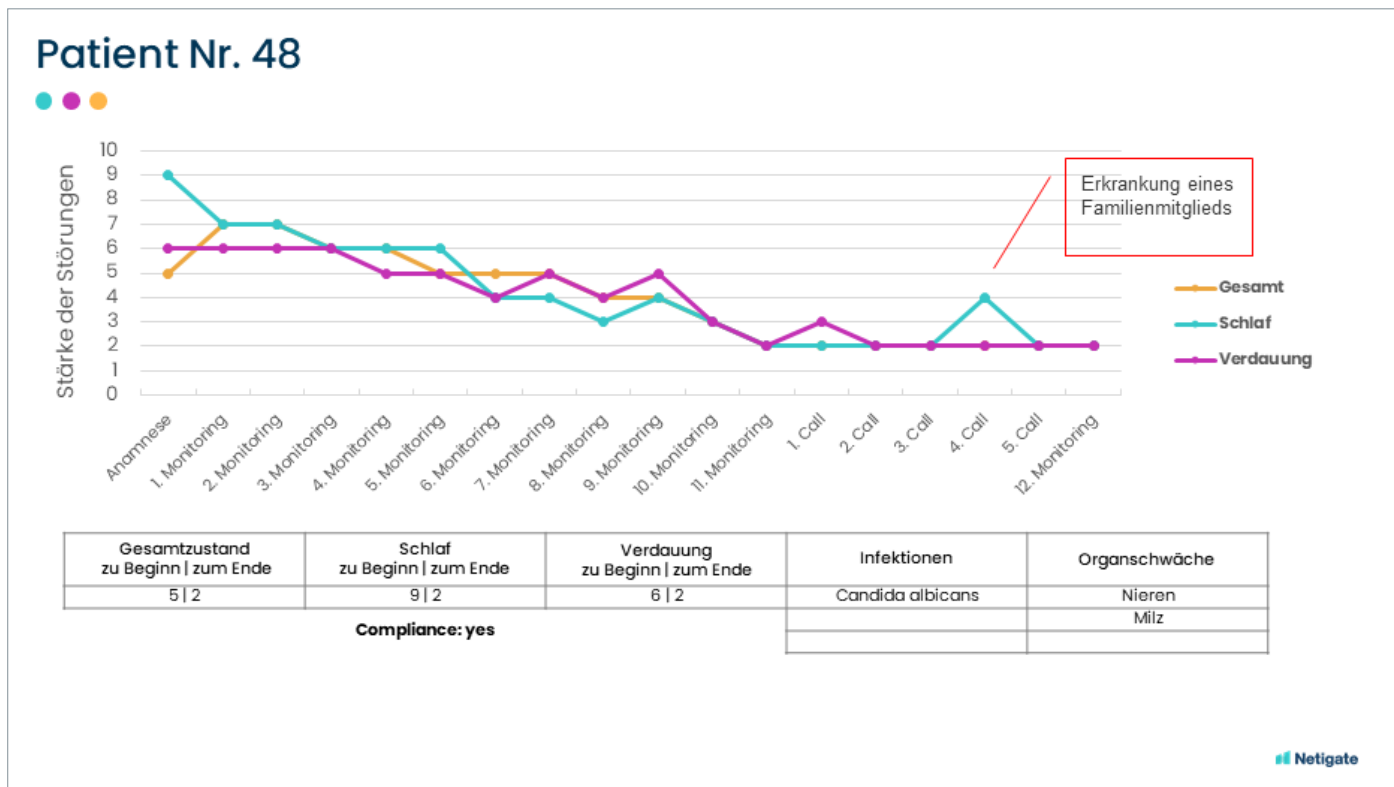


Abb. 6

5 Diskussion

Die Beobachtung der Untersuchungsergebnisse und der Behandlungserfolge im Rahmen eines Monitorings soll dazu beitragen, die ursachenmedizinische Bedeutung

der Normamed-Methode (vgl. Abb. 7) und die Wichtigkeit einer umfassenden Diagnostik bei Schlafstörungen (vgl. Abb. 8) zu evaluieren.



Abb. 7

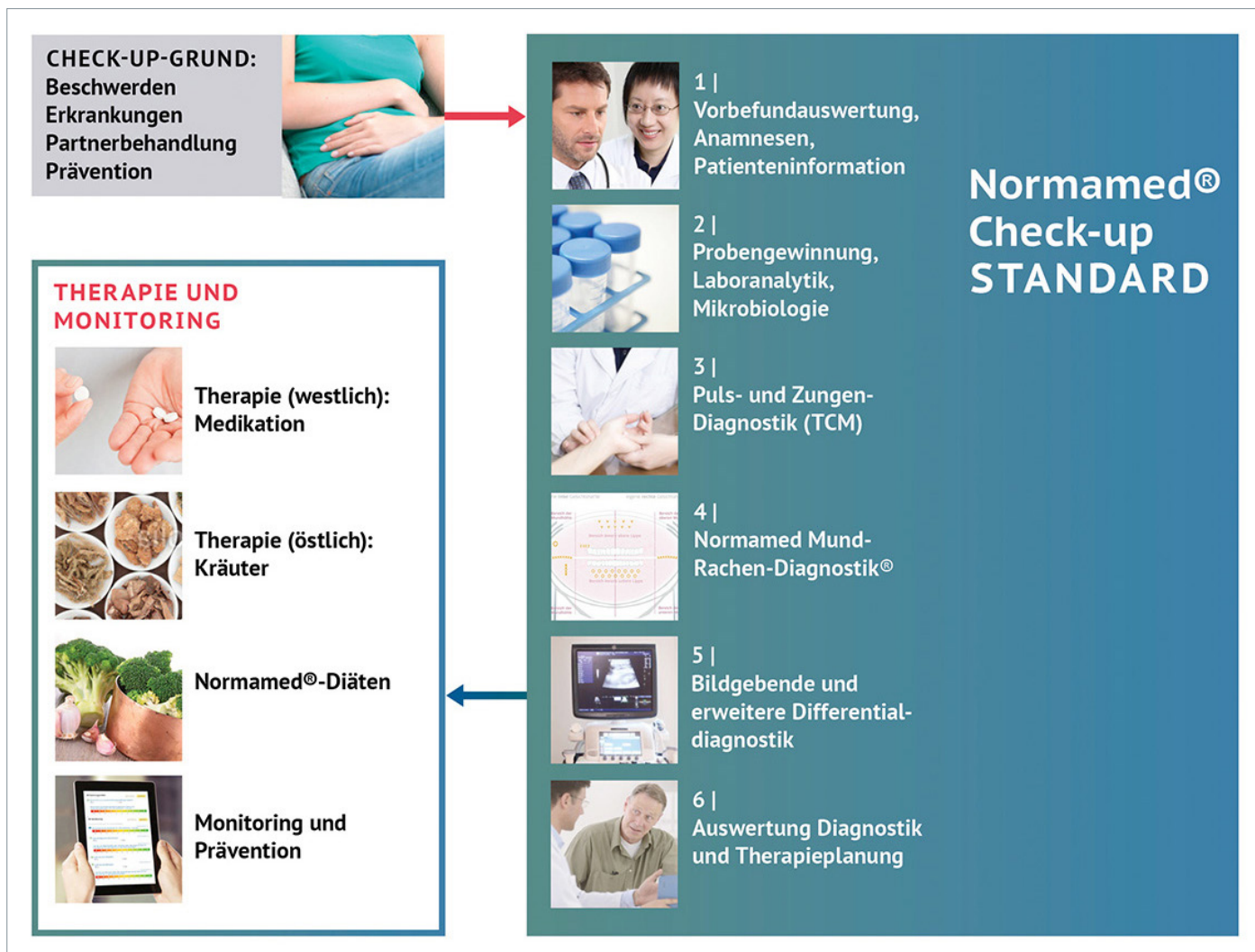


Abb. 8

Eine kombinierte Betrachtung von Schlafstörungen durch allgemeinmedizinische und fachärztliche, labormedizinische, mikrobiologische und TCM-Diagnostik zeigte bereits, dass Schlafstörungen oft mit verborgenen Infektionen, Organfunktionsstörungen sowie Störungen des Immunsystems verbunden sind. Das Monitoring der Behandlungserfolge bestätigt die Vermutungen zur Verursachung von chronischen Schlafstörungen. Es zeigt, dass die Behandlung der körperlichen Ursachen zu einer Verbesserung des Schlafs führten – und auch zu einer Verbesserung der Verdauung und des Gesamtzustandes. Damit wird die schonende Therapie von bisher ursächlich nicht systematisch berücksichtigten Infektionen und Organfunktionsstörungen zur Alternative für konventionelle Behandlungen, die häufig chronische Verläufe von Schlafstörungen nicht verhindern können.

Die Compliance der Patienten hat am Erfolg integrierter Behandlungen einen großen Anteil. Die Gründe für mangelnde Compliance sind oft individuell und generell vielschichtig. Es ließ sich aber erkennen, dass eine kontinuierliche Begleitung der Patienten bei der Behandlung wichtig war. Auch die Unterstützung der Ärzte bei der Koordination medizinischer und komplementärmedizinischer Maßnahmen (wie durch den Normamed-Service im Ärztehaus Mitte erfolgt) erwies sich als wichtiger Faktor. Die Compliance wurde behindert durch finanzielle Gründe: Da Kassen die Kosten für Behandlungen der integrierten Medizin und der TCM teils nicht übernehmen, waren diese Kosten für manche Patienten ein Grund für den vorzeitigen Abbruch von Behandlungen, obwohl diese von ihnen prinzipiell als sinnvoll und förderlich für ihre Schlafqualität und allgemeine

Gesundheit erkannt wurden. Immer wenn finanzielle Gründe eine Rolle spielten, wurde bei Besserungen des Befindens auf Ausgaben verzichtet – auch wenn dies einen nachhaltigen Erfolg der Behandlung gefährdete. Hier zeigte sich, dass Vorgaben zur kassenärztlichen Versorgung eher auf Symptombehandlungen zielen als auf Ursachenbehandlung.

6 Zusammenfassung

Die Behandlung der chronischen Schlafstörungen von 166 Patienten erfolgte durch ursächliche Behandlung der Magen-Darm-Erkrankungen mit fachmedizinischen und komplementärmedizinischen Maßnahmen. Dies führte bei 76 Prozent der Patienten zu guten bis sehr guten Verbesserungen des Schlafs (gemonitort bei 113 Patienten mit ausreichend langem Monitoring).

Das Monitoring konnte aus fachärztlicher Sicht der modernen westlichen Medizin und aus komplementärmedizinischer Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin beobachten: Magen-Darmerkrankungen, im Wesentlichen verursacht durch Infektionen, korrelieren erheblich mit Schlafstörungen. Infektionen und Mischinfektionen oder Störungen des Verdauungssystems durch pathogene Hefen und *H. pylori* verursachen nebst multiplen Störungen eine nachhaltige Beeinträchtigung der Milz- und Nierenfunktionen.

Der Behandlungserfolg durch integrierte Ursachenmedizin hängt von einer kontinuierlichen Compliance der Patienten über einen längeren Zeitraum ab. Bei 90 Patienten mit hoher Compliance führte die Behandlung bei

87 Prozent zu guten bis sehr guten Verbesserungen des Schlafs; bei 23 Patienten mit geringer Compliance wiesen nur 35 Prozent gute bis sehr gute Besserungen auf.

Um also gute Behandlungserfolge von chronischen Schlafstörungen durch integrative Ursachenmedizin zu erzielen, müssen die Patienten individuell geführt und betreut werden und die Maßnahmen der traditionellen chinesischen und der modernen westlichen Medizin müssen aufeinander abgestimmt und gut koordiniert werden. Wird so die Compliance von Patienten gegenüber der Behandlung auch über einen längeren Zeitraum erreicht, dann sind nachhaltige Besserungen der Schlaf- und Lebensqualität möglich.

Wünschenswert wäre eine Übernahme aller Kosten für integrierte Behandlungen, was die Compliance der Patienten weitaus verbessern könnte.

Anmerkungen

Anm. 1 Einheitliche Definitionen für „chronische“ Schlafstörungen gibt es in der Fachliteratur nicht. Quantifizierende Versuche reichen von Angaben wie dreimal wöchentlich über einen Monat oder verweisen auf Störungen von über sechs Monaten. Weitgehender Konsens besteht darüber, dass quantifizierende Bestimmungen letztlich nicht zielführend sind, sondern dass das subjektive Schlaferleben und -empfinden der Patienten Maßstab für Schlafstörungen sein sollte: Die meisten Menschen kennen aus eigener Erfahrung die Schlafmenge, die sie benötigen, um erholt und ausgeschlafen zu sein. Vgl. hierzu (3), die Diskussion in (4) sowie (1).

Literaturverzeichnis

- (1) Pfeiffer S (2024): Untersuchung des Zusammenhangs von Schlafstörungen, infektbedingten Magen-Darm-Erkrankungen und Organfunktionsstörungen, Beobachtungsstudie, Normamed. doi: [10.61029/normamed.2024.01.de](https://doi.org/10.61029/normamed.2024.01.de)
- (2) Wang B (2024): Diagnostikbeobachtungen der Traditionellen Chinesischen Medizin zu Organfunktionsstörungen bei Patienten mit Schlafstörungen und Infektionen, Beobachtungsstudie, Normamed. doi: [10.61029/normamed.2024.02.de](https://doi.org/10.61029/normamed.2024.02.de)
- (3) Mayer G, Fietze I, Fischer J, Penzel T, Riemann D, Rodenbeck A, et al. (2009): S3-Leitlinie: Nicht erholsamer Schlaf/Schlafstörungen. *Somnologie*. 2009; 13 (Supplement 1): 4-160. doi: [10.1007/s11818-009-0430-8](https://doi.org/10.1007/s11818-009-0430-8)
- (4) Helbig, Anna Katharina (2019): Zusammenhang zwischen Schlafstörungen und chronischen Erkrankungen: Ergebnisse bevölkerungsbasierter Studien, Dissertation Darmstadt 2019, p. 11–21, https://edoc.ub.uni-muenchen.de/23469/1/Helbig_Anna_Katharina.pdf aufgerufen am 02.03.2023.