

Medienmitteilung  
7. Dezember 2010

## Neu: Internet-Therapie

Die Klinik für Schlafmedizin (KSM) testet im Rahmen einer klinischen Studie eine neuartige Therapieform: die Internet-Therapie. Diese ist speziell gegen Ein- und Durchschlafstörungen (Insomnien) von der Klinik für Schlafmedizin (KSM) zusammen mit der holländischen Firma Interapy entwickelt worden.

Bei dieser Therapieform handelt es sich um eine Behandlungsmethode, welche sich einfach und bequem von zu Hause aus bestreiten lässt. Der Computer ersetzt den Gang zum Arzt – die herkömmliche Konsultation von Angesicht zu Angesicht entfällt. Mit diesem Therapieweg will man den neuen Informationsbedürfnissen und -möglichkeiten Rechnung tragen; zusätzlich profitieren Betroffene aus unterversorgten Gebieten oder immobile Patienten von einem erleichterten Zugang zur Behandlung.

20 Personen (Mindestalter 18 Jahre), die an Ein- und/oder Durchschlafproblemen leiden und über einen Internet-Anschluss verfügen, haben die Möglichkeit, an dieser Studie teilzunehmen. Die Pilot-Studie startet ca. Mitte Januar 2011 und dauert rund drei Monate. Während dieser Zeit durchlaufen die Teilnehmer einzelne Therapie-Module und werden kontinuierlich von einem persönlichen Therapeuten gecoacht. Sie führen während der ganzen Behandlung ein Schlaf-Tagebuch und berichten online über ihre Erfahrungen.

Im Anschluss an diese Pilot-Studie wird eine grössere Wirksamkeitsstudie folgen.

Auf unserer Homepage [www.ksm.ch/Internet-Therapie](http://www.ksm.ch/Internet-Therapie) finden Sie alle detaillierten Angaben.

Weitere Informationen:

Ruth Cipriani  
Medienstelle  
Tel. 056 269 60 33  
[cipriani@ksm.ch](mailto:cipriani@ksm.ch)

Dr. Eva Birrer  
Fachpsychologin FSP  
Tel. 041 208 31 10  
[birrer@ksm.ch](mailto:birrer@ksm.ch)

