

Informationen zur Veranstaltung

Veranstaltungsort

Bürgerspital Plattling
Ludwigplatz 8
94447 Plattling



„Gesunder Schlaf ist eine der wichtigsten Grundlagen für Lebensqualität und Gesundheit. Aufklärung und gemeinsames Engagement sind entscheidend, um Betroffenen mit Schlafproblemen nachhaltig zu helfen.“



Schirmherrschaft:

Landrat des Landkreises Deggendorf
Bernd Sibler

Veranstalter



Kooperationspartner



Plattlinger Gesundheitsforum

Schwerpunkte:

Schlafapnoe

Diabetes

Adipositas

Restless Legs



**Samstag, 17. Oktober 2026
von 9-15 Uhr
im Bürgerspital Plattling**

Kostenlos & ohne Voranmeldung

Ein gesunder Schlaf ist das Fundament unserer Gesundheit

Jeder Dritte schläft schlecht – oft ohne es zu bemerken. Dabei ist guter Schlaf entscheidend für unsere körperliche und geistige Leistungsfähigkeit. Während wir schlafen, regenerieren sich Herz, Stoffwechsel, Immunsystem und Gehirn.

Besonders gefährlich: die stille Kombination.

Schlafapnoe, Diabetes und Übergewicht verstärken sich gegenseitig. Nächtliche Atemaussetzer belasten den Körper, erhöhen den Blutzuckerspiegel und fördern Gewichtszunahme – ein Teufelskreis entsteht.

Die gute Nachricht: Schlaf ist trainierbar. Mit frühzeitiger Erkennung und den richtigen Maßnahmen lässt sich viel verbessern.

Besuchen Sie den Gesundheitstag in Plattling. Erfahren Sie, wie Sie Warnzeichen erkennen und Ihren Schlaf nachhaltig verbessern können.

Programm

Je Vortrag ca.
10 Minuten für Fragen

09.00 - 09.05

Eröffnung durch Helmut Dendl,
Bundevorsitzender Schlafapnoe GSD, SHG
Leiter der Schlafapnoe Vilshofen

09.05 - 09.15

Begrüßung durch Schirmherrn
Landrat Bernd Sibler

09.15 - 09.35

Univ.-Prof. Dr. Christoph Schöbel,
Ruhrlandklinik Essen
**„Schlafmedizin der Zukunft - digitale
Betreuung statt nur Schlaflabor“**

09.45 - 10.05

Dr. Thomas Urlbauer,
DONAUISAR Klinikum Deggendorf
„Chronische Schmerzen“

10.15 - 10.35

Dr. Josef Großkopf,
Diabetologe & Hausarzt Wallerfing
„Diabetes“

10.45 - 11.05

Dr. Helge Matrisch,
Asklepios Klinik Schaufling
„Von der Atempause zum Schlaganfall“

11.15 - 11.35

Anna-Katharina Eser,
Bezirksklinikum Mainkofen
„Restless Legs“

11.45 - 12.05

Dr. Klaus Erich Gerauer,
Adipositas Zentrum Passau
**„Sie sollten auf ihr Gewicht achten!
War´s das schon mit der Adipositas-
therapie oder geht noch mehr?“**

12.15 - 13:10

Mittagspause

13.10 - 13.30

Christian Wirtz,
Adipositas Hilfe Deutschland e. V.
„Adipositas Versorgung in Deutschland“

13.40 - 14.00

Dr. Ulrich Brandenburg,
Löwenstein Schlaf-Atem-Zentrum
„Schlafapnoe und Demenz“

14.10 - 14.30

Univ.-Prof. Dr. Christoph Schöbel,
Ruhrlandklinik Essen
**"Schlaf als Herzmedizin - warum guter
Schlaf Leben verlängern kann"**

14.40 - 15.00

Dr. Klaus Erich Gerauer,
Adipositas Zentrum Passau
**„Schlafapnoe - wegschneiden oder
wegspritzen“**

Schlusswort der Veranstaltung durch den
Vorsitzenden des Bundesverbandes
Schlafapnoe GSD Helmut Dendl