UNIVERSITÄT GREIFSWALD
Wissen lockt. Seit 1456

Medieninformation

Eine Nacht im Dienste der Wissenschaft - Unimedizin Greifswald startet zweite große SHIP-Schlafstudie

Universität Greifswald, 14.02.2022

Im Rahmen der Langzeitstudie SHIP (Study of Health in Pomerania/Leben und Gesundheit in Vorpommern) startet zum 1. März 2022 die zweite große Schlafdiagnostikstudie. Angeschriebene Frauen und Männer haben die Möglichkeit, daran kostenlos teilzunehmen. Die Untersuchungen werden bei einer Übernachtung in einem komfortablen Greifswalder Hotel vorgenommen. Die zweite große Greifswalder Schlafstudie soll mögliche Zusammenhänge zwischen Schlafqualität und pneumologischen sowie Herz-Kreislauf-Erkrankungen aufzeigen. Aus den aufgezeichneten Daten während des Schlafes können Rückschlüsse auf Schlafstadien, Zähneknirschen und Schnarchen oder Bewegungsstörungen wie beispielsweise das Restless-Leg-Syndrom ("unruhige Beine") gezogen werden.

"Aus unserer ersten Schlafstudie von 2008 bis 2012 mit fast 1300 Teilnehmerinnen und Teilnehmern wissen wir, dass Schlafstörungen weit verbreitet sind. Leider gibt es nur wenige umfassende Studien dieser Art, da diese sehr aufwändig und teuer sind", sagte der Greifswalder Studienverantwortliche und Leiter des Bereichs Pneumologie, Infektiologie und Weaningzentrum an der Unimedizin Greifswald, Prof. Ralf Ewert. "Umso mehr hoffen wir, dass möglichst viele der dafür eingeladenen Probanden das Angebot annehmen. Nur so erlangen wir repräsentative und verlässliche Erkenntnisse für die Weiterentwicklung der Schlafmedizin, die schließlich allen zugutekommen." Die Nacht im Dienste der Wissenschaft ist nebenwirkungsfrei. Eine Auswertung der Schlafdiagnostik wird allen Probanden per Post zugestellt.

Schlaf - ein wichtiger Bestandteil des Lebens

Etwa ein Drittel der Lebenszeit schlafen wir, also durchschnittlich 24 Jahre verbringen wir im Schlaf. Eine erholsame und ungestörte Nachtruhe ist für die Lebensqualität und das Wohlergehen von enormer Bedeutung. Aus verschiedenen Untersuchungen weltweit ist bekannt, dass etwa 10 bis 30 Prozent der Bevölkerung an irgendeiner Art von Schlafstörung leiden. Insgesamt gibt es über 80 verschiedene Schlafstörungen, wobei die meisten Menschen über Ein- und Durchschlafstörungen (Insomnie) klagen. Frauen leiden insgesamt doppelt so häufig an solchen Schlafstörungen wie Männer, signifikante Altersunterschiede sind nicht bekannt.

Folgerichtig wurde die Erfassung der Häufigkeit und Form von schlafassoziierten Störungen in das Untersuchungsprogramm der SHIP-Bevölkerungsstudie aufgenommen. In der ersten regionalen Basisstudie SHIP-START (1997-2002) und deren Folgeuntersuchungen wurden spezielle Fragen zu ausgewählten Schlafstörungen erhoben. Hierzu wurden bereits die vier Folgeuntersuchungen abgeschlossen. Dann gibt es die zweite Basisuntersuchung SHIP-TREND (2008-2012). Hierzu wurde die erste Folgeuntersuchung abgeschlossen. In der zweiten Welle wurden erstmalig neben den Fragen im Interview auch allen Teilnehmern eine nächtliche Schlafuntersuchung angeboten und in Ergänzung zu den sonstigen Untersuchungen von insgesamt 1264 Probanden wahrgenommen.

Die Häufigkeit einer leichtgradigen Störung lag in dieser ersten Schlafstudie bei 46 Prozent (59

% bei Männern und bei 33 % bei Frauen) und für eine mittelgradige Störung bei 21 Prozent (30 % Männer, 13 % Frauen). "Anhand unserer neuen, unabhängigen dritten Stichprobe aus der aktuellen Untersuchungsreihe im nördlichen Vorpommern sollen diese Daten zur Häufigkeit und Ausprägung von schlafassoziierten Störungen nun überprüft werden", so der Mediziner abschließend.

+++ Wichtiger Hinweis

Die Schlafstudie kann nur von Frauen und Männern wahrgenommen werden, die dafür nach dem Zufallsprinzip eine Einladung bekommen haben. So wird ein repräsentativer Querschnitt der Bevölkerung für die Studie gewonnen. Menschen mit anhaltenden Schlafstörungen sollten diese unbedingt ärztlich abklären lassen.

HINTERGRUND SHIP - Größtes Forschungsprojekt der Universität Greifswald

Seit 1997 werden Erwachsene aus Vorpommern in der SHIP-Studie regelmäßig medizinisch und zahnmedizinisch untersucht, um den Zusammenhang zwischen Risikofaktoren und Krankheiten besser zu verstehen. Über die Jahre hat sich SHIP zu der Studie mit dem weltweit umfangreichsten Untersuchungsprogramm in einer großflächigen Region entwickelt. Die erste Basisgruppe **(SHIP-START-0)** von 1997 ist bereits fünfmal intensiv untersucht worden (SHIP-START-0,-1,-2,-3,-4). Die Folgeuntersuchungen finden jeweils ungefähr alle fünf Jahre statt.

Die zweite Basisgrupp aus dem Jahr 2008 (**SHIP-TREND-0**) wurde auch schon zum zweiten Mal untersucht (TREND-0-1). Im Mai 2021 startete die dritte Basisstudie **(SHIP-NEXT-0)**.

Die Studienergebnisse haben viele grundlegende und komplexe medizinische Zusammenhänge aufgedeckt, so beispielsweise, dass Zahnfleischschwund das Herzinfarktrisiko erhöht, eine Leberverfettung das Diabetesrisiko fördert und eine Schilddrüsenfehlfunktion das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen erhöhen kann. Mittlerweile sind fast alle 21 Fachkliniken und 19 Institute der Universitätsmedizin in das SHIP-Untersuchungsprogramm eingebunden.

Darüber hinaus dient die Langzeitstudie zur Bestimmung wichtiger Referenzwerte für Laboranalysen, körperliche Belastbarkeit und Organgrößen. Mit modernen bioinformatischen Verfahren werden aus den umfangreichen Informationen relevante Gesundheitsindikatoren definiert. Der Bekanntheitsgrad der Studie mit vielen wissenschaftlichen Publikationen ist enorm, was auch an zahlreichen nationalen und internationalen Kooperationen liegt. So laufen unter anderem große Schwesternstudien in Brasilien mit 3000 und in Polen mit 5000 Teilnehmern.

Die Abteilung SHIP/Klinisch-Epidemiologische Forschung am Institut für Community Medicine führt mit mittlerweile 88 Mitarbeitenden (ohne Studierende) im Auftrag des Forschungsverbundes Community Medicine die SHIP-Datenerhebungen durch. Das Institut ist die größte Forschungseinheit der Universität Greifswald. Aus SHIP heraus haben sich weitere Schwerpunktprojekte für die Bevölkerungsforschung in Mecklenburg-Vorpommern entwickelt. Dazu zählen beispielsweise GANI_MED ("SHIP in der Klinik" - Greifswald Approach to Individualized Medicine), die Präventionsforschung am Greifswalder Standort des Deutschen Zentrums für Herz- Kreislauf-Forschung (DZHK) e. V. sowie die bundesweite Gesundheitsstudie NAKO.

Quelle
Medieninformation der Universitätsmedizin Greifswald (14.02.2022)

Ansprechpartner an der Universitätsmedizin Greifswald

Institut für Community Medicine
Abteilung SHIP/Klinisch-Epidemiologische Forschung
Leiter: Prof. Dr. med. Henry Völzke
Walther-Rathenau-Straße 48, 17475 Greifswald
Telefon +49 3834 86 7541
ship-next obscureAddMid() uni-greifswald obscureAddEnd() de
https://ship.community-medicine.de

Leiter der Stabsstelle Kommunikation und Marketing
Pressesprecher: Christian Arns
Presseanfragen SHIP: 0381 2528761
steinke obscureAddMid() steinke-hauptmann obscureAddEnd() de
Telefon +49 3834 86 5228
christian.arns obscureAddMid() med.uni-greifswald obscureAddEnd() de
www.medizin.uni-greifswald.de