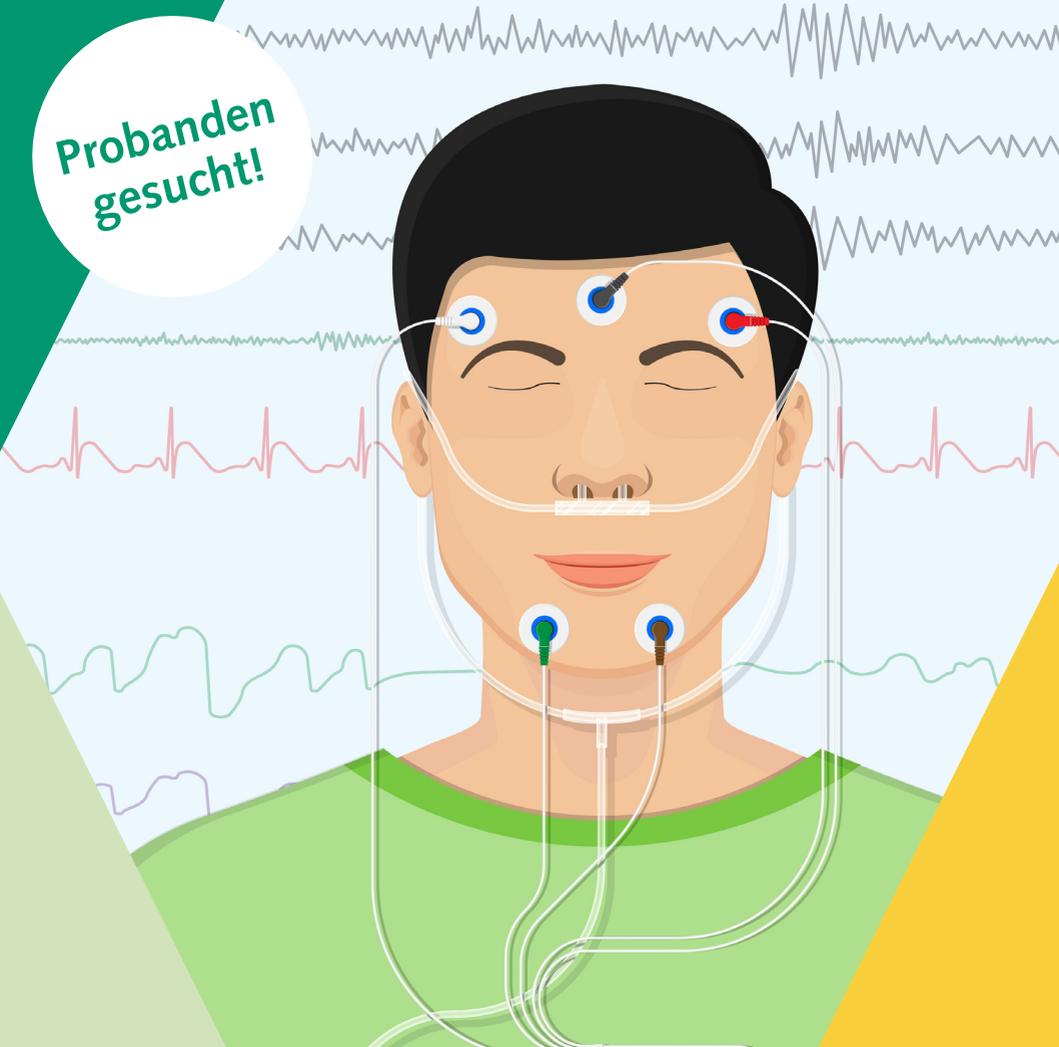


## Haben Sie einen gesunden Schlaf?

Sie möchten die Forschung unterstützen und an einer Studie teilnehmen?  
Dann melden Sie sich bei uns.

Probanden  
gesucht!



# Haben Sie einen gesunden Schlaf?

Sie möchten die Forschung unterstützen und an einer Studie teilnehmen? Dann melden Sie sich bei uns.

Für unsere Schlafstudie suchen wir Kontrollprobanden, die einen gesunden Schlaf haben. Nachfolgend finden Sie weitere Informationen. Bei Studienteilnahme erhalten Sie eine Entschädigung für den Zeitaufwand.

## Swiss Primary Hypersomnolence and Narcolepsy Cohort Study (SPHYNCS)

### Worum geht es in der Studie

Wir möchten gesunden Schlaf besser erforschen und neue Marker im Blut und mittels von Sensoren finden, die den gesunden Schlaf charakterisieren. Diese Daten sollen dann mit denen von Patienten verglichen werden, die an Schlafstörungen leiden. Dadurch möchten wir die Diagnose- und die Therapiemöglichkeiten verbessern.

### Wer kann mitmachen?

Alle gesunden Frauen und Männer zwischen 16 und 70 Jahren, die gut schlafen und gerne einen Beitrag zur Erforschung des Schlafs leisten möchten, können an dieser Studie teilnehmen. Als Ausschlusskriterien gelten Tagesmüdigkeit, Tagesschläfrigkeit oder einer Erkrankung, die mit einem übermäßigen Schlafbedürfnis einhergeht (z.B. ein unbehandeltes Schlafapnoesyndrom).

### **Ablauf und Dauer der Studie:**

Die Studie dauert ein Jahr, es finden zu Beginn drei Studientermine statt, und einer nach einem Jahr.

#### *Screening:*

Es wird ein telefonisches Screening durchgeführt, um die Studieneignung zu klären (Dauer ca. 20min).

#### *Visite 1:*

Fragen zum aktuellen Gesundheitszustand, neurologische Untersuchung und ausfüllen von Fragebögen (Gesamtdauer ca. 1,25h). Im Anschluss bitten wir Sie während 14 Tagen zwei armbanduhrähnliche Geräte zur Aufzeichnung Ihrer Aktivitäts- und Inaktivitätsphasen zu tragen und dazu ein Protokoll zu führen.

#### *Visite 2:*

Nächtliche Untersuchung im Schlaflabor (Polysomnographie beginnt um ca. 20.00) mit anschliessenden Tagesuntersuchungen (bis ca. 16 Uhr am folgenden Tag).

#### *Visite 3:*

Sie werden gebeten eine Blut- und eine Stuhlprobe abzugeben und weitere Fragebögen auszufüllen (Gesamtdauer ca. 2h). Wir bitten Sie, während 12 Monaten eine Fitbit Uhr zu tragen, um Daten zur Aktivität und dem Schlaf aufzuzeichnen.

#### *Visite 4:*

Nach 12 Monaten bitten wir Sie erneut, eine Blut- und eine Stuhlprobe abzugeben, sowie die Fragebögen auszufüllen. Die Fitbit Uhr wird zurückgegeben.

### **Was erhalte ich bei einer Studienteilnahme?**

Sie erhalten für die Teilnahme eine Aufwandsentschädigung:

Für die Visiten 1, 3 und 4 erhalten Sie je CHF 25. Für die Visite 2 erhalten Sie CHF 75.

Wir erstatten die Fahrtkosten (Zug/Auto), die bei den Studienvisiten anfallen.

### **Wie kann ich weitere Informationen erhalten?**

Um weitere Informationen zu erhalten, kontaktieren Sie uns. Die Kontaktangaben finden Sie auf der Rückseite dieses Informationsschreibens.

*Alle Daten werden vertraulich behandelt. Für die Versuchspersonen ergibt sich kein medizinischer Nutzen.*

*Bitte nehmen Sie zur Kenntnis, dass Ihre Daten bei Zustandekommen eines telefonischen Kontakts mit dem Studienteam registriert werden. Sollten Sie an einer Studienteilnahme nicht interessiert sein, werden Ihre Daten unverzüglich gelöscht.*

## **Kontakt**

### **Dr. Markus Schmidt**

Ärztlicher Leiter Schlafmedizin  
Studienteam: 031 63 2 92 76  
sphyncs@insel.ch

### **Inselspital Bern**

Schlaf-Wach-Epilepsie-Zentrum  
Freiburgstrasse 18  
3010 Bern

## **Leiter der Studie**

Prof. Dr. med. Claudio Bassetti  
Universitätsklinik für Neurologie  
Inselspital Bern