

**Freitag, 13. November 2020**

10.45-11.15

**Ulrich Koch, Arzt (D)**
Homöopathie bei Schlafstörungen**Abstract**

Schlaf ist ein grundlegender und notwendiger Zustand für Gesundheit und Regeneration. Schlafstörungen nehmen in der heutigen Zeit zu und im Laufe eines Lebens ist fast ein Drittel der Bevölkerung davon betroffen. Viele suchen, trotz erheblichen Leidensdrucks, aber erst sehr spät Hilfe.

Den aktuellen Leitlinien entsprechend wird für die meisten Schlafstörungen ein mehrdimensionaler Behandlungsansatz empfohlen, in dessen Rahmen die Homöopathie gut in der Primärbehandlung eingesetzt werden und den Einsatz nebenwirkungsreicher oder abhängig machender Medikamente überflüssig machen kann.

Nach einer kurzen Übersicht über die Studienlage sollen mit dem Fokus auf Insomnien die wichtigsten auslösenden und verstärkenden Faktoren aufgezeigt und grundlegende, ganzheitliche Behandlungsstrategien mit dem Schwerpunkt der homöopathischen Arznei aufgezeigt werden.

Literatur

Ulrich Koch: Die homöopathische Behandlung von Schlafstörungen. AHZ 2020, 265 (6); 6-10 (im Druck)

Zur Person**Ulrich Koch**

Ulrich Koch ist Arzt mit der Zusatzbezeichnung Homöopathie. Er arbeitet als Arzt seit 1996 durchgehend in psychiatrischen Kliniken, die jeweils auch über ein Schlaflabor und -ambulanzen verfügten, wo er Erfahrungen in der ganzheitlichen Behandlung schlafgestörter Patienten sammeln konnte. An der Fachklinik Hofheim leitete er von 2002–2006 eine homöopathische Fachambulanz für Menschen mit psychischen Störungen, die bis 2020 als klinikassoziierte privatärztliche Praxis mit dem Schwerpunkt psychische Störungen weitergeführt wurde. Seit 2020 ist er mit seiner Praxis in einer Integrativen Praxisgemeinschaft für seelische Gesundheit niedergelassen.

Ulrich Koch ist Autor einiger Fachpublikationen in der ZKH und AHZ und einiger Lehrbuchkapitel in der Weiterbildungsreihe Homöopathie des DZVhÄ sowie Mitautor des Kursbuch Homöopathie. Seit vielen Jahren ist er in der homöopathischen Weiterbildung für Ärzte und Studenten engagiert.

Kontakt

Mail: praxis@ulrich-koch-hofheim.de