

# Presseinformation

## Schlafstörungen und Ernährung

### Vortrag von PD Dr. Horst Gerhard im Rahmen des Vereins Risiko Reduzierende Ernährungsberatung (RREB e. V.)

Am Donnerstag, den 27. 9. 2018, um 17.30 Uhr hält PD Dr. Horst Gerhard, ehemaliger Chefarzt der Klinik für Neurologie am Katholischen Klinikum Essen, einen Vortrag zum Thema „Schlafstörungen und Ernährung“ im 6. OG. des Marienhospitals Altenessen, Hospitalstraße 24, 45329 Essen.

Was stört uns am Schlafen, wenn wir was gegessen haben? Oder was können wir gegen Schlafstörungen tun mit einer gezielten Ernährung, statt Tabletten zu schlucken, die mit zum Teil erheblichen Nebenwirkungen behaftet sind.

Im Anschluss steht Dr. Gerhard für Fragen aus dem Publikum zur Verfügung. Der Vortrag findet auch im Rahmen der Patientenhochschule statt.

Auch Interessierte sind zu der Vortragsveranstaltung eingeladen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich und der Eintritt ist frei.

Marienhospital Altenessen  
Hospitalstraße 24  
45329 Essen  
Fon +49 0201 6400 1310

Philippusstift  
Hülsmannstraße 17  
45355 Essen  
Fon +49 201 64001370

St. Vincenz Krankenhaus  
Von-Bergmann-Str. 2  
Fon +49 201 6400 1340

Zeitschrift  
<http://www.gesundinessen.de>  
Facebook  
<https://www.facebook.com/katholischesklinikumessen>  
Google+  
<https://plus.google.com/112605166316317693064>  
Twitter  
[https://twitter.com/KK\\_Essen](https://twitter.com/KK_Essen)  
Xing  
<https://www.xing.com/companies/katholischesklinikumessengmbh>

### Ihr Ansprechpartner

**Stefan Mattes**  
Fon +49(0)201 6400 1020  
Fax +49(0)201 6400 1029  
s.mattes@kk-essen.de

Datum: 20.09.2018  
Zeichen: SMA