

Revolution im Schlaf: Wie eine neue App Schlafprobleme lösen könnte!

Eine neue Schlaf-App der Universität Salzburg ermöglicht einfachere Schlafmessungen mit KI-gestützter Analyse des Herzschlags. Probanden gesucht.

Ignaz-Harrer-Straße 79A, 5020 Salzburg, Österreich - Ein bahnbrechendes Forschungsprojekt an der Universität Salzburg verspricht einen revolutionären Fortschritt in der Schlafdiagnostik. Bislang war eine Untersuchung in einem Schlaflabor aufwendig: Elektroden wurden mühsam am Kopf befestigt, um die Schlafaktivitäten zu überwachen, was mit einem riesigen Setup verbunden war. Doch jetzt könnte eine neue Schlaf-App, die in der Entwicklung ist, diesen Prozess erheblich vereinfachen. Durch Anbringen eines Pulssensors am Oberarm und die Verbindung mit der Smartphone-App wird die Aufzeichnung des Schlafs zum Kinderspiel. Wie **ORF Salzburg** berichtet, nutzt diese App einen KI-gestützten Algorithmus, der basierend auf zehntausenden Polysomnografie-Nächten gelernt hat, die Herzsignale den verschiedenen Schlafstadien zuzuordnen.

Diese innovative Herangehensweise ermöglicht nicht nur häufigere Aufzeichnungen des Schlafs, sondern kann auch wichtige Daten zur Wirksamkeit verschiedener Therapien gegen Schlaflosigkeit liefern. Manuel Schabus, Leiter des Schlaflabors, verspricht, dass im Rahmen eines achtwöchigen Forschungsprojekts nicht nur die Qualität des Schlafs, sondern auch die Effektivität von Entspannungsübungen analysiert werden wird. Ziel ist es, digitale Gesundheitsanwendungen mit traditionellen Therapieformen zu vergleichen und letztlich die

Versorgung der Patient:innen zu verbessern und das Gesundheitssystem zu entlasten. **Zusätzlich betont die Universitätsklinik für Neurologie die Relevanz eines genauen Schlafprofils, das durch Polysomnographie erstellt wird.** Diese Analyse hilft dabei, die Ursachen für Schlafstörungen besser zu verstehen und effektive Behandlungsansätze zu entwickeln.

Aktuell werden im Rahmen des Projekts noch Freiwillige zwischen 30 und 65 Jahren mit Schlafproblemen gesucht, um die noch junge App zu testen. Wie **ORF Salzburg** berichtet, wird es jedoch noch einige Zeit in Anspruch nehmen, bis in Österreich digitale Gesundheits-Apps gesetzlich geregelt sind, was den Einsatz solcher Innovationen betrifft.

Details	
Ort	Ignaz-Harrer-Straße 79A, 5020 Salzburg, Österreich
Quellen	• salzburg.orf.at • salk.at

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at