

## ANMELDUNG



Um sich für den 2. EGFM-Jahreskongress anzumelden, nutzen Sie bitte das Anmeldeformular unter [www.egfm.eu/ausbildung](http://www.egfm.eu/ausbildung) oder scannen Sie den nebenstehenden QR-Code.

**TEILNAHMEGEBÜHR:** 1.000,00 €

**EGFM-Mitglieder**  
zahlen eine reduzierte Teilnahmegebühr: 850,00 €

Alle Gebühren verstehen sich pro Person inkl. 19 % USt. und beinhalten die Teilnahme am Kongress, Kongressunterlagen, Pausenverpflegung und Getränke sowie ein gemeinsames Abendessen am Freitag und Samstag.

Nach Eingang der Anmeldung erhalten Sie die Rechnung und die Bestätigung Ihrer Anmeldung per E-Mail.

Die AGB und Stornierungsbedingungen finden Sie auf [www.egfm.eu](http://www.egfm.eu)

## FORTBILDUNGSPUNKTE

Die Zertifizierung zum Erhalt der Fortbildungspunkte wurde bei der Landesärztekammer Brandenburg beantragt.

Der Umwelt zuliebe verzichten wir bewusst auf gedruckte Vorträge und bieten ihnen ein Skript der Vorträge eine Woche vor Veranstaltungsbeginn zum Download an.

Diese Veranstaltung wird unterstützt von:

Active 4 Health **deltastar**

**NOROSAN**

**Wasserfilter-DOC e.V.**  
LAB

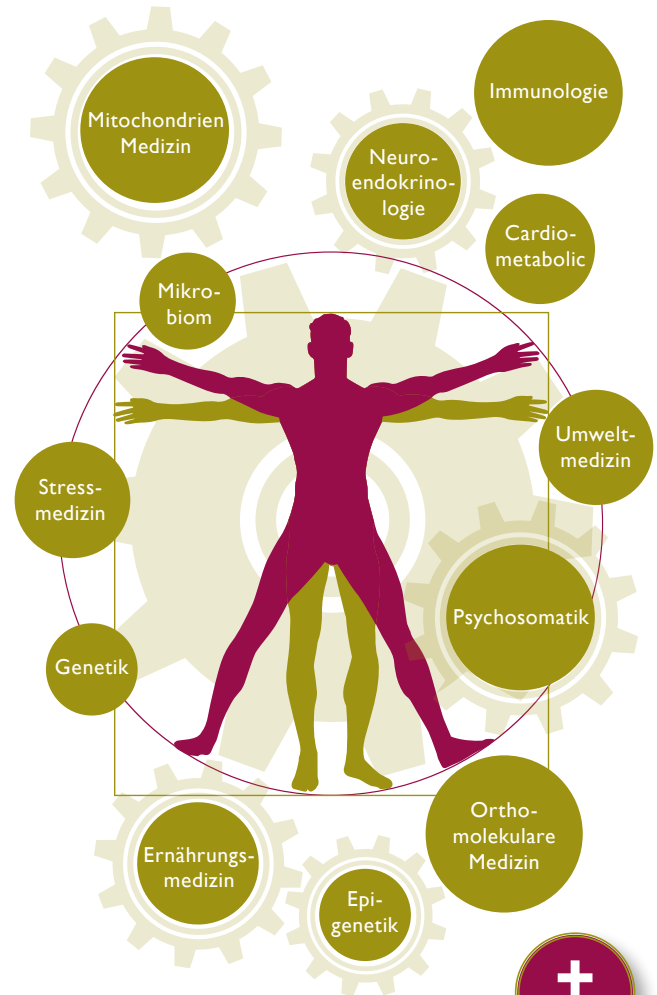
Europäische Gesellschaft Funktionelle Medizin e.V.  
Siemensstraße 26a · 12247 Berlin  
Tel.: +49 (0)30 446 777 930  
[info@egfm.eu](mailto:info@egfm.eu) · [www.egfm.eu](http://www.egfm.eu)



# EGFM-Jahreskongress

## Die Bedeutung von Schlaf in der funktionellen Medizin

### Wie Schlaf unsere Gesundheit beeinflusst?



**24. Juni - 26. Juni 2022 in Berlin**

Eine Fortbildung für Ärzte, Heilpraktiker und andere  
medizinische Berufsgruppen

**+**  
Online



## Zweiter Jahreskongress der „Europäischen Gesellschaft Funktionelle Medizin e. V.“

Im Mittelpunkt des diesjährigen Jahreskongress 2022 steht das Thema Schlaf, Schlafstörungen und die Chronobiologie (unser innere Uhr). Ein gesunder und erholsamer Schlaf spielt eine immer wichtigere Rolle, besonders in der hektischen und stressdominierten heutigen Zeit. Schlafstörungen sind an der Entstehung von chronischen Erkrankungen mitverantwortlich und werden bislang hauptsächlich symptomorientiert behandelt.

Besonders in der funktionellen Medizin hat der Schlaf eine enorm große Bedeutung, da die meisten Reparaturprozesse und Erholungsphasen während des Schlafes stattfinden. Während des Schlafes arbeitet das Immunsystem auf Hochtouren und der gesamte biochemische Stoffwechsel wird reguliert. Schlafstörungen können dieses Gleichgewicht erheblich stören und unser vegetatives Nervensystem negativ beeinflussen.

Auf unserem Jahreskongress beleuchten wir den Einfluss des Schlafes auf die wichtigsten Themengebiete der funktionellen Medizin und zeigen ihnen welche Möglichkeiten wir heutzutage haben, den Schlaf zu optimieren.

Wir freuen uns auf einen interessanten und interaktiven Jahreskongress 2022.

### Ihre wissenschaftliche Leitung

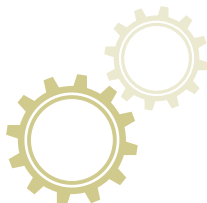
Dr. Stephan Bortfeldt  
Dr. Goran Stojmenovic  
Andrea Thiem

### Referenten

Amir Ali  
Prof. Günther W. Amann-Jennson,  
Dr. med. Volker von Baehr  
Ruth Maria Biallowons  
Patrick Engels  
Dr. Nina Rösser

### VERANSTALTUNGSORT

**H10 Hotel Berlin Ku'damm**  
Joachimsthaler Str. 31-32  
10719 Berlin



Ein Kontingent an Hotelzimmern ist unter dem Stichwort „Funktionelle Medizin“ für Sie reserviert.

## Freitag, 24.06.2022

- 14.00 - 14.30 Begrüßung  
Team EGFM
- 14.30 - 16.00 Die Physiologie des Schlafes  
Welche Mikronährstoffe haben Einfluss auf den Schlaf und welche Rolle spielt das Darm-Mikrobiom dabei?  
**Andrea Thiem**
- 16.00 - 16.30 Kaffeepause
- 16.30 - 18.00 Die Bedeutung der Ernährung für einen gesunden Schlaf  
**Ruth Maria Biallowons**
- 19.00 Abendessen

## Samstag, 25.6.2022

- 10.00 - 11.30 Die Auswirkung von Stress auf unseren Schlaf  
**Dr. Goran Stojmenovic**
- 11.30 - 12.00 Pause
- 12.00 - 13.30 Wie Schlafstörungen unsere Energie beeinflussen  
Die Auswirkungen von Schlafstörungen auf unsere Mitochondrien  
**Dr. Stephan Bortfeldt**
- 13.30 - 14.30 Mittagessen
- 14.30 - 15.30 Neuroimmunologie und Fatigue - Bedeutung des Immunsystems  
**Dr. Volker von Baehr**
- 15.30 - 16.30 Therapieoptionen der FM zur Unterstützung des Schlafes  
**Patrick Engels**
- 16.30 - 17.00 Kaffeepause
- 17.00 - 18.00 Schlafstörungen und welche Auswirkungen sie auf unser Verhalten haben  
**Dr. Nina Rösser**
- 19.00 Abendessen

## Sonntag, 26.6.2022

- 10.00 - 11.30 Gesunder Schlaf als Behandlungssäule zur Stress-Reduktion  
**Prof. Günther W. Amann-Jennson**
- 11.30 - 12.00 Pause
- 12.00 - 13.30 Chronobiologie, die innere Uhr und der personalisierte Ansatz für Schlafprobleme  
**Amir Ali**
- 13.30 - 14.00 Abschluss und Ausblicke  
**Team EGFM**
- 14.00 Mittagessen

**ONLINE!**