



SAT – Schlafarchitektur und- qualität in trans*Personen

Ziel: Um die Zusammenhänge zwischen Schlaf, Hormonspiegel und Wohlbefinden besser zu verstehen, erfassen wir Schlafdaten mithilfe eines Polysomnographie-Geräts (2 Nächte) und einer Smartwatch (1 Woche) sowie weitere physiologische und psychologische Parameter anhand von Fragebögen und Blutproben.

Einschlusskriterien:

- Sie identifizieren sich als trans*Person.
- Alter: 18-40 Jahre
- Sie verfügen über gutes Deutschverständnis.

Ausschlusskriterien:

- Sie eine diagnostizierte Schlafstörung haben.
- Sie im Schichtdienst arbeiten.
- Sie einen sehr unregelmäßigen oder extremen Schlaf- Wach-Rhythmus haben.
- Sie an schweren psychischen (z.B. Schizophrenie oder Suizidalität), körperlichen oder neurologischen Erkrankungen leiden.
- Sie Medikamente einnehmen, insbesondere Schlafmedikamente (ausgenommen sind Medikamente im Rahmen einer geschlechtsangleichenden Hormontherapie).
- Sie sehr viel Alkohol-, Drogen-, Nikotin- und/oder Koffeinkonsum konsumieren.
- Sie gleichzeitig an einer anderen Studie teilnehmen.
- Sie während des Studienzeitraums Reisen in andere Zeitzone planen.

Kurzbeschreibung:

Die Studie umfasst zwei Termine vor Ort im Klinikum. Beim ersten Termin werden die Ein- und Ausschlusskriterien erneut geprüft, Sie werden ausführlich aufgeklärt und füllen psychologische Fragebögen aus (ggf. auch von zuhause). Zudem erhalten Sie eine Smartwatch zur einwöchigen Erfassung von Schlaf und Aktivität sowie Zugang zu einem kurzen täglichen Online-Schlafstagebuch. Im Rahmen einer Eingewöhnungsnacht und einer experimentellen Nacht wird jeweils vor Ort eine Polysomnographie angelegt, mit der Sie anschließend zuhause schlafen. Vor der experimentellen Nacht wird zusätzlich eine Blutprobe zur Bestimmung der Geschlechtshormone entnommen. Ihre personenbezogenen Daten werden pseudonymisiert und ausschließlich für diesen Forschungszweck verwendet. Eine Weitergabe an Dritte erfolgt nicht. Die Teilnahme ist freiwillig und kann jederzeit ohne Nachteile beendet werden.

Förderung: intramurale Fortüne-Förderung der Medizinischen Fakultät der Universität Tübingen

Kontakt:

Mail: transsleep@med.uni-tuebingen.de

Telefon: +49 7071 2987 030

Studienteam: Prof. Dr. Birgit Derntl, Dr. Lieve van Egmond, Dr. Nora Naib Majani