



Unternehmenskommunikation, Krombach 3, 9100 Herisau

An die Empfängerinnen und Empfänger der  
SVAR Medienmitteilungen

**Manuel Walder**  
**Fachspezialist**  
Unternehmenskommunikation  
Tel. 071 353 84 12  
manuel.walder@svar.ch

Herisau, 15. April 2026

### **Medienmitteilung Spitalverbund Appenzell Ausserrhoden**

Frei zur Veröffentlichung

**Öffentlicher Vortrag am 22. April 2026 im Psychiatrischen Zentrum AR zum Thema  
«Wenn die Nacht zum Tag wird - Schlafstörungen, Ursachen und aktuelle Behandlungsmöglichkeiten»**

**Im Rahmen des öffentlichen Vortrages vom Mittwoch, 22. April 2026, um 19.00 Uhr, welcher im  
Psychiatrischen Zentrum AR stattfindet, referiert PD Dr. Dr. Ulrich Hemmeter, Leitender Arzt PZA,  
Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie über das Thema der Schlafstörung. Der Eintritt ist frei und  
eine Anmeldung ist nicht nötig.**

Schlafstörungen gehören zu den häufigsten gesundheitlichen Beschwerden und können Menschen in allen Lebensphasen betreffen. Ein dauerhaft gestörter Schlaf wirkt sich nicht nur auf die körperliche Leistungsfähigkeit aus, sondern beeinflusst auch die psychische Gesundheit, die Konzentrationsfähigkeit und die Lebensqualität insgesamt. Trotz ihrer Verbreitung werden Schlafprobleme häufig unterschätzt oder als unvermeidbare Begleiterscheinung des Alltags hingenommen.

Im öffentlichen Vortrag erläutert PD Dr. Dr. Hemmeter die unterschiedlichen Formen von Schlafstörungen sowie deren mögliche Ursachen. Dabei werden sowohl psychische als auch körperliche Einflussfaktoren thematisiert. Zudem gibt er einen Überblick über moderne diagnostische Ansätze und zeigt auf, welche therapeutischen Möglichkeiten heute zur Verfügung stehen – von verhaltensbezogenen und psychotherapeutischen Verfahren bis hin zu medikamentösen Behandlungsoptionen.

Mit dem Referat will PD Dr. Dr. Ulrich Hemmeter aufzeigen, wann Schlafstörungen behandlungsbedürftig sind und welche Wege zu einem erholsameren Schlaf führen können. Ziel ist es, Betroffenen und Interessierten fundierte Informationen zu vermitteln und aufzuzeigen, dass Schlafstörungen in vielen Fällen wirksam behandelt werden können. Der Vortrag richtet sich an interessierte Laien, Betroffene, Angehörige sowie an alle Personen, die sich vertieft mit dem Thema Schlaf und Gesundheit auseinandersetzen möchten.



## Spitalverbund Appenzell Ausserrhoden

### PD Dr. med. Dr. phil. Ulrich Hemmeter



PD Dr. med. Dr. phil. Ulrich Michael Hemmeter ist Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie mit den Schwerpunkten auf Alterspsychiatrie und -psychotherapie, Konsiliar- und Liaisonspsychiatrie, Fähigkeitsausweis Schlafmedizin. Er ist aktuell Leitender Arzt und Senior Consultant im Psychiatrischen Zentrum Appenzell Ausserrhoden, Herisau und an den Psychiatrischen Diensten Graubünden, Chur.

### Ausblick

Der nächste öffentliche Vortrag des Spitalverbunds Appenzell Ausserrhoden zum Thema «Von Science-Fiction zur Realität: Robotergestützte Bauchoperationen im Spital Herisau» findet am Mittwoch, 20. Mai 2026 um 19.00 Uhr im Kantonsspital Herisau statt. Referieren wird PD Dr. Omar Thaher, Spezialist Robotik, Departement Chirurgie.

### Weitere Auskunft

Manuel Walder, Fachspezialist Unternehmenskommunikation SVAR, 071 353 84 12, [kommunikation@svar.ch](mailto:kommunikation@svar.ch)

### Spitalverbund Appenzell Ausserrhoden

Der Spitalverbund Appenzell Ausserrhoden (SVAR) stellt in Herisau (AR) mit dem Akutspital und dem Psychiatrischen Zentrum AR die medizinische Grundversorgung für die Bevölkerung im Kanton Appenzell Ausserrhoden sicher und ist auch für einen grossen Teil der Bevölkerung der umliegenden Region die erste Anlaufstelle. Die SVAR Kliniken und Abteilungen versorgen die Bevölkerung rund um die Uhr mit medizinischen Leistungen. Der SVAR behandelte im Jahr 2024 gesamthaft 6'670 Patientinnen und Patienten stationär sowie 62'730 ambulant. Mit knapp mehr als 700 Mitarbeitenden ist der SVAR einer der bedeutendsten Arbeitgeber im Kanton. Besuchen Sie den SVAR auch auf [Facebook](#), [Instagram](#), [YouTube](#), [LinkedIn](#), oder [www.spitalverbund.ch](http://www.spitalverbund.ch).



**Spitalverbund  
Appenzell Ausserrhoden**