

---

Subject: Seit 10 Wochen massive Schlaflosigkeit, brauche Hilfe

Posted by [Gainarator](#) on Thu, 05 Sep 2024 13:57:48 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

ich melde mich jetzt mit einen eigenen Thema.

Ich habe Finasterid nach 13 Jahren am 17.06.24 abgesetzt und ca. 7 Tage später ging es los das ich nicht mehr schlafen konnte, komplett gar nicht und außerdem hatte ich das Gefühl als wenn ich permanent nicht richtig Luft bekomme, so ein beklemmendes Gefühl im Hals.

Kurz bevor ich fast eingeschlafen bin, gab es immer eine Ruck im Körper und ich war wieder wach .

Medizinisch wurde Lunge, Herz und Blut untersucht, außerdem war ic noch in einem Schlaflabor, dort wurde leichte schalfapnoe diagnostiziert.

Seit zwei Wochen ist auch noch Muskelzucken dazugekommen, hauptsächlich in den Beinen und ein Schwächegefühl.

Ich weiß langsam nicht mehr weiter, milde Sachen wie lasea ,Baldrian und Melatonin hab ich schon probiert, auch Schlafhygiene usw.

Außerdem habe schon 3 Wochen valdoxan, dass schlafanstoßend wirken soll probiert, ohne Erfolg.

Auch eszopiclon 3 mg habe ich sporadisch genommen, was mal gewirkt hat und mal nicht ,aber ich möchte nicht abhängig werden..

Seit einer Woche nehme ich jetzt täglich 15mg Mirtazapin, die ersten Tage konnte ich damit echt schlafen, aber von gestern auf heute war das auch damit nicht möglich.

Krankgeschrieben bin ich auch seit dem und werde morgen in einer Tagesklinik vorstellig, zwecks Psychotherapie.

Was kann ich noch tun? Es sind bald 3 Monate um und keine Verbesserung, eher noch schlechter :cry:

Es ist wie gesagt ohne Medikamente kein Schlaf möglich, auch nach Tagen nicht.

Kann sich das von alleine bessern?

Werde jetzt noch l theanin und Glycin ergänzen.

Ich bin für Erfahrungen und Tipps unendlich dankbar.

---