

UNI HUKASSA

Pitkäkestoisesta unettomuudesta kärsii noin 12 % aikuisväestöstä, joten sitä voidaan pitää varsinaisena kansansairautena. Unettomuus kytkeytyy tiiviisti moniin so-maattisiin sairauksiin, mielenterveyteen ja päiväaikaiseen toimintakykyyn. Vas-taanottokäynnillä tulisi tehokkaasti selvittää mahdolliset unettomuutta ylläpitävät mekanismit ja kohdistaa hoito yksilöllisesti niihin. Lääkkeettömät ja lääkkeelliset hoitomuodot kehittyvät ja lisääntyvät nopeasti ja tarjolla on mittava valikoima erilaisia vaihtoehtoja. Parhaat hoitotulokset pitkäkestoiseen unettomuuteen on saatu kognitiivisbehavioralisesta terapiasta, mutta miten se toteutetaan nykyre-sursseilla perusterveydenhuollossa?

Erikoistumiskoulutuksena 3 tuntia: akuuttilääketiede, fysiatria, kliininen farmakologia ja lääkehoito, lastenneurologia, nuorisopsykiatria, oikeuslääketiede, oikeuspsykiatria, psy-kiatria, sisätaudit, terveydenhuolto, työterveyshuolto, yleislääketiede; 2 tuntia: foniatria, naistentaudit ja synnytykset, nefrologia; 1 tunti: geriatria, kardiologia, liikuntalääketiede, silmätaudit

Puheenjohtaja professori TIINA PAUNIO, Helsingin yliopisto

- 13.50** Tutkimusprofessori TIMO PARTONEN, THL
Univajeen terveysvaikutukset
- 14.15** Erikoislääkäri JANNE KANERVISTO, Coronaria Uniklinikka
Uniongelmistä kärsivän haastattelu ja tutkimus
- 14.40** Dosentti MIKAEL SALLINEN, TTL
Unettoman työkyky
- 15.05** TAUKO (25 min)
- 15.30** Dosentti KATINKA TUISKU, HYKS
Unettomuuden lääkkeettömän hoidon periaatteet
- 15.55** Unihoitaja TUULA TANSKANEN, HYKS
Unettomuuden lääkkeetön hoito käytännössä
- 16.20** Professori MARKKU PARTINEN, Helsingin Uniklinikka
Lääkehoidon optimointi ja uudet oreksiiniantagonistit
- 16.45** Ohjelma päättyy