

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 nopeasti ja tarjolla on mittava valikoima vaihtoehtoja. Parhaat hoitotulokset on saatu kognitiivisbehavioraalisesta terapiasta, mutta miten se toteutetaan nykyresursseilla perusterveydenhuollossa?

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

Puheenjohtajat erikoislääkäri ANNA SIITONEN, Tampereen kaupunki ja erikoislääkäri JANNE KANERVISTO, Coronaria Uniklinikka

9.00 Tutkimusprofessori TIMO PARTONEN, THL
Univajeen terveysvaikutukset

Erikoislääkäri JANNE KANERVISTO, Coronaria Uniklinikka
Uniongelmistä kärsivän haastattelu ja tutkimus

Dosentti MIKAEL SALLINEN, TTL
Unettoman työkyky

Keskustelu

10.30 TAUKO

10.40 Dosentti KATINKA TUISKU, HYKS
Unettomuuden lääkkeettömän hoidon periaatteet

Sairaanhoitaja/unihoitaja TUULA TANSKANEN, HYKS
Unettomuuden lääkkeetön hoito käytännössä

Professori MARKKU PARTINEN, Helsingin Uniklinikka
Lääkehoidon optimointi ja uudet oreksiiniantagonistit

Keskustelu

12.10 Ohjelma päättyy