

## Slaapproblemen en –stoornissen bij jongeren

Signalering, diagnose en behandeling

### Datum

Woensdag 31 januari 2018

### Locatie

Cultuur- en Congrescentrum Antropia, Driebergen

### Prijs

Dagprogramma 9.30 - 16.30 uur € 395,-

### Accreditatie (aangevraagd)

- Ergotherapeuten
- Fysiotherapeuten
- Huisartsen
- Jeugdartsen
- Jeugdzorgwerkers
- Kinderartsen
- Klinisch (neuro) psychologen
- Medisch specialisten (ABAN)
- Oefentherapeuten
- Orthopedagogen
- Psychiaters
- Psychologen
- Verpleegkundige specialisten
- Verpleegkundigen



### Programma en inschrijven

[www.medilex.nl/slaapproblemen](http://www.medilex.nl/slaapproblemen)

Medilex organiseert jaarlijks 60 tot 70 onafhankelijke congressen voor professionals in de zorg zonder enige vorm van sponsoring of subsidie.

#### Meer informatie?

Annemarie van Delft,  
congresmanager  
[a.vandelft@medilex.nl](mailto:a.vandelft@medilex.nl)  
030-6933887



[www.medilex.nl/slaapproblemen](http://www.medilex.nl/slaapproblemen)

Neem een optie voor 2 weken of reserveer direct een plaats.



De volgende congressen zijn ook interessant voor u:



Trauma bij kinderen

[www.medilex.nl/traumakinderen2018](http://www.medilex.nl/traumakinderen2018)



Slapen, eten en zindelijk worden

[www.medilex.nl/ontwikkelingkinderen](http://www.medilex.nl/ontwikkelingkinderen)

Blijf op de hoogte!



Facebook: Medilex



Twitter: @medilex



LinkedIn: Medilex

# MEDILEX

Onafhankelijke nascholing voor zorgprofessionals



## Slaapproblemen en -stoornissen bij jongeren

Signalering, diagnose en behandeling

Woensdag 31 januari 2018

[www.medilex.nl/slaapproblemen](http://www.medilex.nl/slaapproblemen)

\*Het genoemde bedrag is exclusief BTW en exclusief korting. Het bedrag dient te worden overgemaakt na ontvangst van de factuur.

# Slaapproblemen en -stoornissen bij jongeren

Signalering, diagnose en behandeling

**9.00** Ontvangst met koffie, thee en uitreiking congressmap

**9.30** Opening door de dagvoorzitter **Ysbrand van der Werf**, *universitair hoofddocent VUmc, neurowetenschapper, auteur 'Iedereen slaapt'*

- De functie van slaap
- Slaapprobleem of een slaapprobleem?

**10.00** **Stoornis van de biologische klok**

**Marijke Gordijn**, *chronobioloog, eigenaar Chrono@Work*

- Wanneer is er sprake van een slaap-waakritmestoornis en wat zijn de gevolgen?
- Waarom komt een vertraagd slaapfasesyndroom voornamelijk bij jongeren voor?
- Behandeling met chronotherapie: lichtbehandeling, slaapverschuiving en behandeling met melatonine toegelicht

**10.45** Koffie- en theepauze

**11.00** **Slaaphygiëne en slapeloosheid - een update**

**Els van der Horst**, *GZ-psycholoog Kempenhaeghe, Centrum voor slaapgeneeskunde*

- Update over slaaphygiëne - aandachtspunten en valkuilen
- Hoe beïnvloeden gamen, social media en overig beeldschermgebruik de slaap van jongeren?
- Wel willen maar niet kunnen slapen - wanneer is er sprake van een psychofysiologische insomnie?
- Handvatten voor behandeling - hoe wordt de vicieuze cirkel doorbroken?

**11.45** **Slaap en psychiatrische problematiek**

**Shalini Soechitram**, *kinder- en jeugdpsychiater, Dr. Leo Kannerhuis, bestuurslid vereniging Kind & Slaap*

- Prevalentie en impact van slaapproblemen bij psychiatrische problematiek
- Wat is de relatie tussen depressie, ADHD/ADD, autisme en slaapproblemen?
- (Psycho-)farmacologische behandelmogelijkheden van slaapproblemen bij een psychiatrische stoornis

**12.30** Verzorgde lunchpauze

**13.30** **Wat betekent een slaapprobleem voor de patiënt?**

**Sandra Pipping**, *narcolepsiepatiënt, bestuurslid Nederlandse Vereniging voor Narcolepsie, schrijfster blog Liever lui dan moe*

- Leven met een slaapprobleem
- Mijn zoektocht naar de diagnose en de behoefte aan begeleiding

**13.45** **Obesitas en slaapproblemen - slapen houdt de stofwisseling scherp**

**Nele Vandebussche**, *kinderarts en somnoloog Kempenhaeghe, Centrum voor Slaapgeneeskunde*

- De relatie tussen obesitas, de biologische klok, stofwisseling en hormonen
- Obesitas en kinderen met obstructief slaapapneusyndroom (OSAS)
- Hoe herkent u een slaapprobleem bij een jongere met obesitas?

**14.15** Afsluiting plenaire programma door de dagvoorzitter en aansluitend koffie en theepauze

## Verdiepingsessies | 14.30 tot 16.30 uur

U kunt kiezen uit één van onderstaande verdiepingsessies:

### A - Slaaptkort of slaapprobleem?

**Nele Vandebussche**, *kinderarts en somnoloog Kempenhaeghe, Centrum voor Slaapgeneeskunde*

Wanneer is er sprake van een onderliggende slaapprobleem? Wat is het verschil tussen slaperigheid en vermoeidheid? Hoe kunnen we de slaap onderzoeken en wanneer is er een indicatie voor een polysomnografie? In deze verdiepingssessie worden bovenstaande vragen beantwoord en komen verschillende slaapproblemen aan bod. Daarbij wordt ingegaan op de symptomen, de diagnose en de verschillende behandelmethodes.

### B - Slaap en psychiatrie - de verdieping

**Shalini Soechitram**, *kinder- en jeugdpsychiater, Dr. Leo Kannerhuis, bestuurslid vereniging Kind & Slaap*

Psychiatrische (ontwikkelings-)stoornissen en gedragsproblemen bij jongeren gaan vaak gepaard met een gestoorde slaap. Chronische slapeloosheid (insomnia) op jonge leeftijd leidt weer tot een verhoogd risico op depressie en andere psychiatrische ziekten. Bij psychische stoornissen is het moeilijk oorzaak en gevolg te onderscheiden. Wanneer richt u zich bij de behandeling primair op de psychiatrische stoornis en wanneer op het slaapprobleem? Wat weten we over effectieve preventie en interventie? Tijdens deze interactieve sessie gaan we in op bovenstaande vragen en zoeken we gezamenlijk naar praktische handvatten om deze kennis in praktijk te brengen.

Voor beide sessies heeft u de mogelijkheid eigen casuïstiek voor te leggen - stuur een mail met uw casus naar: [a.vandelft@medilex.nl](mailto:a.vandelft@medilex.nl)