

Slaapproblemen en -stoornissen bij jongeren

Signalering, diagnose en behandeling

Datum

Vrijdag 25 januari 2019

Locatie

Cultuur- en Congrescentrum Antropia, Driebergen

Prijs

Dagprogramma 9.30 - 16.30 uur

Artsen en Medisch specialisten € 395,-

Verpleegkundigen, verpleegkundig specialisten, praktijkondersteuners, therapeuten, maatschappelijk- en jeugdzorgwerkers, psychologen, diëtisten en (andere) paramedici € 245,-

Accreditatie aangevraagd:

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

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,
congresontwikkelaar
en -coördinator
a.vandelft@medilex.nl
030-6933887

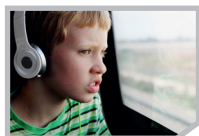


www.medilex.nl/slaapproblemen

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



De volgende congressen zijn ook interessant voor u:



Comorbiditeit bij autisme

Woensdag 16 januari 2019

www.medilex.nl/comorbiditeitautisme



Doorbreek verslaving!

Donderdag 14 februari 2019

www.medilex.nl/verslaving



Programma en inschrijven

www.medilex.nl/slaapproblemen

Blijf op de hoogte!



Facebook: Medilex



Twitter: @medilex



LinkedIn: Medilex

MEDILEX

Onafhankelijke nascholing voor zorgprofessionals



Slaapproblemen en -stoornissen bij jongeren

Signalering, diagnose en behandeling

Vrijdag 25 januari 2019

www.medilex.nl/slaapproblemen

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

Slaapproblemen en -stoornissen bij jongeren

Signalering, diagnose en behandeling

9.00 Ontvangst met koffie, thee en uitreiking congresmap

9.30 Opening door de dagvoorzitter **Ysbrand van der Werf**, *hoogleraar functionele anatomie bij Amsterdam UMC, neurowetenschapper, auteur 'Iedereen slaapt', voorzitter Nederlandse Vereniging voor Slaap/Waak onderzoek*

- De functie van slaap
- Wat gebeurt er in onze hersenen als we slapen?
- Veranderingen in slaap in relatie tot de leeftijd

10.15 **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 slaafasesyndroom voornamelijk bij jongeren voor?
- Behandeling met chronotherapie: lichtbehandeling, slaapverschuiving en behandeling met melatonine toegelicht

11.00 Koffie- en theepauze

11.15 **Slaaphygiëne en slapeloosheid - een update**

Els van der Horst, *GZ-psycholoog K&J in opleiding tot klinisch neuropsycholoog GGZ Eindhoven*

- 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 vanuit de behandeling met cognitieve gedragstherapie

12.00 **Slaap en psychiatrische problematiek**

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

- Prevalentie en impact van slaapproblemen bij psychiatrische problematiek
- Wat is de relatie tussen depressie, ADHD/ADD, autisme, angststoornissen, PTTS en slaapproblemen zoals narcolepsie, insomnie en rusteloze benen (RLS)?
- (Psycho-)farmacologische behandelmogelijkheden van slaapproblemen bij een psychiatrische stoornis

12.45 Verzorgde lunchpauze

13.45 **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



14.00

Obesitas en slaapproblemen - slapen houdt de stofwisseling scherp

Nele Vandenbussche, *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?

14.30

Afsluiting plenaire programma door de dagvoorzitter en aansluitend koffie en theepauze

Verdiepingsessies | 14.45 - 16.30 uur

U kunt kiezen uit één van onderstaande verdiepingssessies

A - Slaapttekort of slaapprobleem?

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

Joyce Goris - de Geus, *kinderarts Ziekenhuis Sorgzaam en praktijk Memo*

Wanneer is er sprake van een onderliggende slaapprobleem? Wat is het verschil tussen slaperigheid en vermoeidheid? Welke zorg kan er geboden worden in de 1e, 2e en 3e lijnszorg, wanneer verwijst je door en hoe werk je samen? 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 en somnoloog, 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.