Voor meer informatie en aanmelden ga naar:
https://www.leerpuntkoel.nl/nascholing.html/scholing/2668/online-scholing-slaapritme-na-de-avond--of-nachtdienst

Als huisarts wordt er nog steeds verwacht dat je na een avonddienst de volgende dag weer fit achter je bureau zit. Terwijl het na een nachtdienst geregeld wordt dat de dag erna niet of gedeeltelijk gewerkt wordt. Dit alles komt onze slaap en ritme niet ten goede. Terwijl slaap juist een belangrijk onderdeel is van ons dagelijks functioneren. Bij navraag bij verschillende huisartsen kwamen diverse problemen naar voren: oververmoeidheid, in slaap vallen op weg naar huis, traagheid, moeite met keuzes maken, snelle irritatie, bang om fouten te maken, verminderde productiviteit en ga zo maar door. Sommige huisartsen stoppen zelfs met nachtdiensten vanwege deze problemen.

Herkent u deze problemen? Dan kunt u veel leren van deze online scholing over slaapritme na de avond- of nachtdienst. In deze scholing krijgt u uitleg over onze slaap en slaapbehoefte van spreker Kees Vleer, arts-somnoloog bij het centrum voor Slaapgeneeskunde Kempenhaege te Heeze. Aan bod komt hoe ons slaapritme is geregeld, de fysiologie van onze slaap en wat er mogelijk niet goed gaat tijdens en na het werken van een avond- of nachtdienst. U krijgt daarbij tips aangereikt die kunnen helpen tot beter functioneren tijdens deze diensten en een verbetering van uw slaap(patroon).

Tijdens de scholing is er voldoende tijd voor vragen. Vooraf ingediende vragen krijgen voorrang.

Opleidingsinformatie

- Huisartsen, Specialist ouderengeneeskunde
- Kennis-en-wetenschap, Medisch handelen, Professionaliteit
- Donderdag 17 Februari 2022
- Thuis - Live online learning
- 19.00 - 21.00 uur
- 2 accreditatiepunten
- € 91,50

AANMELDEN

Beschikbaarheid: nog 18 plaatsen

AANMELDEN VOLGENDE SCHOLING

NAAR WINKELWAGEN