"МЕЖДУНАРОДНОЕ ОБЩЕСТВО ПО ИЗУЧЕНИЮ И ЭФФЕКТИВНОМУ КОНТРОЛЮ СТРЕССА И СВЯЗАННЫХ С НИМ РАССТРОЙСТВ"

ПРОГРАММА

Научно-практическая школа

"Стресс под контролем"

г. Москва, 1-я Тверская-Ямская улица, д. 34, отель "Сафмар Тверская Москва"

https://my.mts-link.ru/Stresspodkontrolem/1137944125

Очное присутствие на мероприятии будет фиксироваться вручную в начале и в конце мероприятия путем составления списков участников. Программа ОМ будет считаться полностью выполненной при условии присутствия слушателя с 11:00 до 13:20.

07.12.2024 г

11.00-11.10 Открытие конференции/ Вход в вебинарную комнату

11:10-11:55 Лекция «Стресс: причины и последствия, лечение». Будут представлены современные данные об этиологии, распространенности и патогенезе стресса у пациентов с хроническими неинфекционными заболеваниями. Детально будет разобрано понятие "стресс", виды реакции на стресс. Пошагово будут разобраны алгоритмы диагностики стресса и стресс-связанных расстройств с учетом современных клинических и методических рекомендаций. Детально будет разобран лечебно-профилактический алгоритм, на основе которого врач сможет оптимизировать схемы медикаментозной терапии последствий стресса у различных групп пациентов. Полученные знания позволят врачу грамотно сформировать для каждого пациента лечебную и профилактическую программу лечения с учетом базовых антистресс навыков. Полученные знания позволят практикующему врачу выявлять признаки стресса, определять стадию стресса и его степень влияния на организм, в том числе на имеющиеся сопутствующие заболевания, определять необходимость привлечения узких специалистов, например, невролога или психиатра.

Лектор: Акарачкова Е. С., д.м.н., Президент международного общества «Стресс под контролем»

11:55-12:25 Коммерческая лекция «Медикаментозная терапия психосоматических последствий стресса». Коммерческая лекция не входит в программу НМО и не обеспечивается баллами НМО.

Лектор Акарачкова Елена Сергеевна, д.м.н., Президент международного общества «Стресс под контролем».

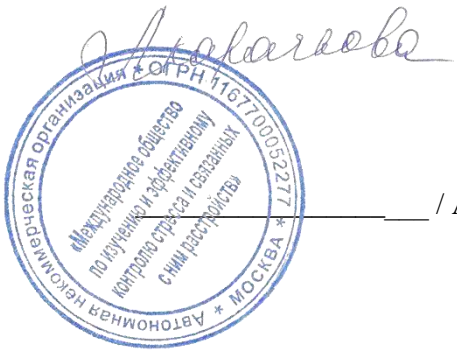
12:5-13:10 Лекция «Стресс: профилактика и немедикаментозные способы повышения стрессоустойчивости». Будут представлены конструктивные методы профилактики стресса: базовые антистресс навыки и основные факторы образа жизни для адекватной стрессоустойчивости и современные данные об их эффективности. Врачи будут ознакомлены с основами методики КПТ, в том числе правилами гигиены сна, основами кардиотренинга, диафрагмального дыхания, тайм-менеджмента, переключению внимания и смене деятельности, релаксационными тренировками, модификации поведения. Полученная информация позволит врачу включать конкретные методы с целью повышения имеющихся у пациента естественных (базовых) охранительных механизмов и приспособительных (адаптационных) возможностей, формирование позитивного аффекта

Лектор Акарачкова Елена Сергеевна, д.м.н., Президент международного общества «Стресс под контролем».

13:10-13:20 Ответы на вопросы

С уважением,

Президент международного общества
«Стресс под контролем», д.м.н., невролог



_____ / Акарачкова Е. С.