



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

### ПРОГРАММА

Вебинар

«Стресс и сон»

07 августа 2021 г

09.00-09.10 Вход в вебинарную комнату

09:10-09:55 Лекция «Пациент с нарушениями сна». В лекции будет обсуждаться тесная двунаправленная связь нарушений сна и стресса. Будут представлены современные данные о нарушениях сна, как о мощном стрессорном факторе, изменяющем активность адаптационных механизмов, которые в свою очередь негативно сказываются на регуляции цикла сон-бодрствование. Формирующийся порочный круг «стресс – нарушения сна – стресс» требует внимания со стороны врача. Также будут представлены данные о распространенности нарушений сна в клинической практике, а также об основных формах нарушений сна, в том числе инсомнии, циркадианных нарушениях сна, СОАС встречаемых в практике интерниста. Будет представлен алгоритм диагностики нарушений сна с последующим выбором терапии. Полученные знания позволят врачу правильно и своевременно распознать причины нарушений сна и более эффективно воздействовать на коморбидные расстройства, наличие которых снижает успех терапии соматического заболевания, а также стресс-связанных расстройств, мотивацию пациента на излечение и потенциал реабилитационных мероприятий.

Лектор Акарачкова Елена Сергеевна, д.м.н., невролог, Президент «Международного общества по изучению и эффективному контролю стресса и связанных с ним расстройств»

09:55-10:40 Коммерческая лекция «Медикаментозная терапия нарушений сна и стресса». Коммерческая лекция не входит в программу НМО и не поддерживается баллами НМО.

Лектор Акарачкова Елена Сергеевна, д.м.н., невролог, Президент «Международного общества по изучению и эффективному контролю стресса и связанных с ним расстройств»

10.40-10.50 ответы на вопросы

С уважением,

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



/ Акарачкова Е. С.