Tout comprendre sur les rythmes biologiques pour améliorer votre pratique clinique

Nantes le mercredi 18 novembre 2015

Si les troubles circadiens du sommeil et les troubles affectifs saisonniers constituent un motif important de consultation auprès des médecins généralistes, des psychiatres et des centres de sommeil notamment, leur diagnostic n'est pas toujours facile et les outils diagnostiques et thérapeutiques disponibles sont souvent mal connus. Par ailleurs, aucune formation spécifique n'est proposée durant le cursus médical sur ces pathologies, leur diagnostic et leur traitement. Ainsi ce stage pratique a-t-il pour but d'introduire aux approches chronobiologies des troubles du rythme circadien en pratique clinique.

Les notions essentielles relatives à la genèse des rythmes circadiens, la photoréception non-visuelle, et les mécanismes impliqués dans la synchronisation des rythmes biologiques seront données en introduction. Des sessions plénières décriront ensuite les troubles circadiens du sommeil (ICSD-3, y compris les avances et retards de phases, et les troubles du travail posté), et la dépression saisonnière. Des ateliers pratiques décriront les outils et techniques disponibles pour les identifier et les traiter par photothérapie et/ou mélatonine. Des tracés normaux et pathologiques d'actigraphie et des agendas de sommeil seront présentés à partir de cas cliniques. Différents équipements disponibles sur le marché seront présentés et discutés sur le site de la formation (actigraphie, lampes de photothérapie).

Formation proposée par le Groupe de Travail SFRMS « Chronobiologie »

Chaque participant profitera d'un enseignement intensif personnalisé.

Le Public : Médecins/paramédicaux impliqués dans la médecine du sommeil ou le traitement des troubles du sommeil.

Nombre de participants : 20 maximum

A l'issue de cette formation, le participant saura suivre les recommandations actuelles pour :

- Savoir utiliser un agenda du sommeil
- Savoir déterminer un chronotype
- Savoir interpréter une actimètrie
- Quand et comment utiliser la photothérapie
- Quand et comment prescrire la mélatonine
- Savoir reconnaitre une dépression saisonnière
- Savoir identifier les travailleurs à risque sur le plan chronobiologique