

Kurstittel: Søvnforstyrrelser og søvnsykdommer hos barn og unge

Kurset arrangeres av Norsk Forening for Søvnmedisin (NOSM) i samarbeid med Nasjonalt Kompetansesenter for nevroutviklingsforstyrrelser og hypersomnier (NevSom) og Nasjonalt Kompetansesenter for søvnsykdommer (SOVno).

Kurset vil gi en innføring i basal søvnfysiologi, gi en oversikt over symptomer, utredning og behandling av de vanligste søvnsykdommer hos barn, inklusive i spesielle kliniske populasjoner. Videre ikke-farmakologisk og farmakologisk behandling av de vanligste søvnevansker hos barn som insomni, parasomnier og døgnrytmeforstyrrelse.

Varighet: 3 dager

Tidspunkt: 30.10 – 1.11 2017 (uke 44)

Sted: Auditoriet, R-BUP Øst og Sør, Nydalen, Oslo (vis a vis BI Nydalen)

Målgruppe: Pediatere, barnepsykiatere, allmennpraktikere, ØNH-leger, nevrofysiologer, åpent for LIS/andre disipliner og andre faggrupper som arbeider med barn og søvn. Kurset er godkjent av spesialistkomiteen for pediatri, nevrologi, allmennmedisin, klinisk nevrofysiologi (videre- og etterutdanning) og barne- og ungdomspsykiatri, ØNH, lungemedisin (etterutdanning). Åpent for andre faggrupper som arbeider med barn og unge med søvnforstyrrelser og er godkjent som vedlikeholdskurs av Norsk psykologforening.

Kursform: Forelesningsbasert undervisning med videoeksempler, mulighet for gruppearbeid

Antall deltakere: 60 – 80

Kurskomite: Berit Hjelde Hansen, Karoline Lode-Kolz, Stine Knudsen, Anders Stensvik Alme, Michaela Gjerstad.

PROGRAMUTKAST:

Mandag 30.10.

09.00 – 10.30: Søvnfysiologi i et utviklingsperspektiv
Søvnens betydning for utvikling, vekst og helse
Foreleser: Karoline Lode-Kolz

10.30-11.00: Kaffepause

11.00- 11.45: Vanlige søvnforstyrrelser hos barn – hvordan forebygge?
Gode søvnvaner hos småbarn, skolebarn og ungdom.
Foreleser: Eli Sørensen

11.45 – 12.45 Lunsj

12.45 – 13.30: Søvnsykdommer hos barn – oversikt og forekomst.
Søvnforstyrrelser og søvnsykdommer i spesifikke pasientgrupper
utviklingsforstyrrelser/autisme, habilitering, syndromer, somatiske tilstander.
Effekt av medisiner på søvn som tas av barn og ungdom

13.30-14.00: Kaffepause

14.00 – 14.45: Forts: Søvnforstyrrelser og søvnsykdommer i spesifikke pasientgrupper:
utviklingsforstyrrelse/autisme, habilitering, somatiske tilstander.
Effekt av medisiner på søvn som tas av barn og ungdom
Foreleser: Anders Steinsvik Alme

14.45 – 15.00 Pause

15.00-16.00: Utredning av søvnsykdommer:
Søvnloggbok , Søvnighetskala Epworth)
PV, PSG, MSLT, aktigrafi, Dim Light Melatonin Onset (DLMO)
Indikasjon for de ulike undersøkelsene.
Foreleser: Karoline Lode-Kolz

Tirsdag 31.10.

08.30- 09.15: Søvnrelaterte respirasjonsforstyrrelser hos barn, oversikt utredning og
behandling. Apnøer (sentrale, obstruktive), hyponøer, upper airway resistance
syndrome, sentralt hypoventilasjonssyndrom (Ondine).
Foreleser: Hanne Berdal

09.15- 10.00: Søvnrelaterte bevegelsesforstyrrelser – forekomst, kliniske karakteristika
og behandlingalternativer
Foreleser: Michaela Gjerstad

10.00-10.30: Kaffepause

10.30 - 11.15: Søvn og epilepsi. Natlig epilepsi eller parasomnier?
Kliniske kjennetegn og utredning, videoer?
Foreleser: Rune Markhus, Spesialsykehuset for Epilepsi (SSE)

11.15 – 12.00 Hypersomnier- IH, narkolepsi, KLS – utredning og behandling
Nevsoms forskningsprosjekt, tilrettelegging skole/arbeid
Foreleser: Stine Knudsen

12.00-13.00 Lunsj

13.00 -13.45: Hypersomnier- IH, narkolepsi, KLS – utredning og behandling
Nevsoms forskningsprosjekt, tilrettelegging skole/arbeid
Foreleser: Hilde Andresen

13.45- 14.00: Pause

14.00-14.45 Søvn og psykisk helse: psykiatri og søvn
(ADHD, tics/Tourettes, depresjon, psykoselidelser, angstlidelser, PTSD og søvn)
Effekt av psykofarmaka på søvn.
Foreleser: Berit Hjelde Hansen

14.45 – 15.15 Kaffepuse

15.15 – 16.00 Sammensatte sykdommer: Kasuistikk f. eks. Prader Willy.
Multidisiplinær konsultasjon som utrednings og behandlingsmodell?
Forelesere/panel: Karoline Lode-Kolz, Berit Hjelde Hansen, Stine Knudsen,
Hanne Berdal

Onsdag 1.11.

08.30 – 09.15 Melatonin –
farmakologiske egenskaper, hva vet vi og hva vet vi ikke om bivirkninger og
effekt i ulike populasjoner. Annen farmakologisk behandling av
insomni/søvnforstyrrelser/parasomnier hos barn og ungdom (oppdatering av
forskningsfeltet).
Foreleser: Berit Hjelde Hansen

09.15-09.45 Kaffepause

09.45 -10.30: Insomni og døgnrytmeforstyrrelser – forekomst, samvariasjon og ulikheter.
Behandling av døgnrytmeforstyrrelser.
Foreleser: Ane Wilhelmsen

10.30 – 11.30 Ikke-farmakologisk behandling ved parasomnier (Image Rehearsal,
planlagte oppvåkninger mm). CBT-I.
Foreleser: Ane Wilhelmsen

11.30-12.30 Lunsj

12.30 – 13.45 CBT-I fortsetter.
Foreleser: Ane Wilhelmsen

13.45-14.15 Pause

14.15 – 15.15 Vi har ikke sovet på 6 år!
Et foreldreprogram for å lære barn med autisme gode søvnvaner
- Datainnsamling; søvndagbok - spørreskjema - intervju, hva er problemet?
- Målvalgsprosessen; hva vil foreldrene oppnå ved søvntreningen
- Metodevalg; utarbeidelse av behandlingsprogram som foreldre vil utføre
- Gjennomføring av søvntrening + datainnsamling
- Evaluering og evt. justering av mål eller metode
- Videre oppfølging
- Presentasjon av data og drøfting av resultater

Foreleser: Anne Marit Bygdnes

15.15-15.45 Avslutning. Evaluering. Evt. kursprøve.

Med forbehold om endringer