

Formation

Le pharmacien d'officine face aux problèmes de sommeil



Le pharmacien d'officine se situe en première ligne pour recevoir les plaintes de sommeil des patients de tous âges. En prenant en compte les limites de son champ d'intervention, le pharmacien se doit connaître les manifestations des principaux troubles, afin de sensibiliser les patients sur leur problème de sommeil, éventuellement de leur faire prendre conscience du degré de sévérité, voire de les orienter au mieux. Cet apport de connaissances permettra au pharmacien de renforcer son action de dépistage et de prévention dans sa pratique quotidienne, de comprendre le parcours médical souvent très technique des patients et d'optimiser les traitements qui devront être associés aux règles d'hygiène du sommeil

Objectif de la formation

- Connaître les principaux outils permettant d'explorer le sommeil
- Savoir accompagner un adulte ou les parents d'enfant présentant des difficultés de sommeil
- Connaître ou même reconnaître les principaux troubles du sommeil et leurs comorbidités
- Optimiser la consommation des médicaments hypnotiques en proposant des solutions alternatives (plantes, compléments alimentaires)
- Savoir expliquer les recommandations pour la prévention des difficultés de sommeil (hygiène du sommeil)



Contenu pédagogique

MODULE I : PHYSIOLOGIE DU SOMMEIL

Les caractéristiques du sommeil normal

- Les fonctions du sommeil

MODULE II : LES TROUBLES DU SOMMEIL CHEZ L'ENFANT ET L'ADOLESCENT

- Le développement du sommeil du nouveau-né à l'adolescent
- Les troubles du sommeil : difficultés d'endormissement, éveils nocturnes...
- L'hygiène du sommeil chez l'enfant et l'adolescent, les voleurs de sommeil (écrans, addictions), que faire, quels conseils donner ?
- La prise en charge comportementale
- La pharmacologie des troubles du sommeil chez l'enfant

MODULE III : LES TROUBLES DU SOMMEIL CHEZ L'ADULTE

- Le sommeil chez l'adulte et le vieillissement normal du sommeil
- Les troubles du sommeil chez l'adulte
- Comment prévenir les difficultés de sommeil, quels conseils donner ?
- Les règles d'hygiène du sommeil chez l'adulte jeune et le sénior
- Les médicaments hypnotiques, leurs limites d'utilisation
- La phytothérapie et les compléments alimentaires
- La prise en charge non-médicamenteuses : les thérapies comportementales et cognitives, yoga, sophrologie

Prérequis

Public : pharmacien diplômé toute spécialité



Dates et lieu

Dates à préciser de 9h à 17h Lieu : à préciser

Les formateurs

Dr Marie-Josèphe Challamel, pédiatre, spécialiste du sommeil de l'enfant.

Dr Bruno Claustrat, pharmacien-biologiste, chrono biologiste.

Dr Patrick Lemoine, psychiatre, spécialiste du sommeil

Coût de la formation

900 euros pour les 2 jours, hors repas

CONTACT - RENSEIGNEMENTS prosom@wanadoo.fr

Le pharmacien d'officine face aux problèmes de sommeil

BULLETIN A RETOURNER par courrier à PROSOM prosom@wanadoo.fr
Obouvard 60 rue Pierre Bourgeois 69300 Caluire et Cuire -

IDENTIFICATION STAGIAIRE

NOM-Prénom :

Fonction :

Structure :

Adresse :

Tél + Mail :

Je souhaite participer à la formation "le pharmacien d'officine face aux problèmes de sommeil" qui aura lieu **les date à préciser**.

VOTRE STRUCTURE POUR LA CONVENTION DE FORMATION Merci d'indiquer précisément les coordonnées à faire apparaître sur la convention de formation (coordonnées pour la facturation) :

Structure :

Adresse :

Signataire de la convention :

