

ПРЕСС-РЕЛИЗ
05 марта 2020 года

Сомнолог Сеченовского Университета расскажет о здоровом сне

Заведующий отделением медицины сна Клиники нервных болезней им. А.Я. Кожевникова Сеченовского Университета Михаил Полуэктов прочтёт лекцию на тему «О полезном и бесполезном сне» в Международном мультимедийном пресс-центре МИА «Россия сегодня». Мероприятие пройдёт 5 марта в 19:00 в рамках мультимедийного проекта «Лекторий на Зубовском».

Лекция приурочена к Всемирному дню сна, который в этом году отмечается 13 марта. Его цель – уменьшить влияние нарушений сна на общественное здоровье за счёт предупреждения и лечения. Во время выступления эксперт рассмотрит наиболее важные вопросы этой области:

- Каковы основы здорового сна, что влияет на него?
- Возможно ли управлять сном без вреда для организма – сокращать или запасаться впрок?
- Как нарушения биологических ритмов влияют на человека?
- Каковы главные тренды современных исследований и насколько обосновано появление большого количества тренеров в этой сфере?
- Что должны родители знать о детском сне?
- Как бороться с храпом? И многое другое...

Отделение медицины сна на базе Сеченовского Университета начало работу в 2012 году. Хотя изучение и лечение нарушений сна проводятся в вузе с 1968 года. Помимо лечебно-диагностической работы в отделении ведутся исследования по следующим направлениям медицины сна: инсомнии, расстройства дыхания во сне (храп, синдром апноэ во сне), двигательные расстройства во сне, сон и эпилепсия, сон и стресс, нарушения сна у детей.

Мероприятие бесплатное для всех желающих при условии обязательной регистрации. Регистрация по e-mail: accreditation@rian.ru