

«COMMENT DORMENT
LES SUISSES ROMANDS ?»
CONFÉRENCE HYPNOLAUS
POUR LES PROFESSIONNELS DE SANTÉ

Le centre du sommeil genevois Cenas, organisera le jeudi 16 mars 2017 à l'hôtel Metropole, une conférence animée par le docteur Raphaël Heinzer et le docteur José Haba-Rubio du Centre d'Investigation et de Recherche sur le Sommeil du CHUV, sur les résultats de l'étude HypnoLaus. Menée sur plus de 5'000 personnes au sein de la population générale de Lausanne, HypnoLaus est, à ce jour, la plus grande étude sur le sommeil effectuée dans le monde.

L'étude Hypnolaus

Dans l'étude Hypnolaus, plus de 5'000 sujets de la population générale de Lausanne ont répondu à des questions très précises sur leurs habitudes et leurs problèmes de sommeil. Plus de 2'000 d'entre eux ont eu un enregistrement complet du sommeil à domicile (polysomnographie). Cela fait d'Hypnolaus la plus grande étude basée sur la population générale effectuée dans le monde à ce jour.

L'analyse de ces données nous permet d'avoir une idée plus précise des caractéristiques du sommeil des suisses romands, et de répondre à certaines questions intéressantes comme la durée moyenne du sommeil, l'influence de la lune ou des facteurs socio-économiques sur le sommeil, la fréquence de l'insomnie, du syndrome de jambes sans repos et des troubles respiratoires au cours du sommeil.

La conférence HypnoLaus

- Orateurs : Dr Heinzer et Dr Haba-Rubio
- Sujet : les résultats de l'étude HypnoLaus
- Public : destinée aux professionnels de santé
- Date : le jeudi 16 mars 2017
- Horaires : de 15h à 17h
- Lieu : Hôtel Métropole de Genève

Les orateurs



Dr Raphaël Heinzer,
Médecin responsable &
co-directeur du CIRS du
CHUV

Spécialisé en pneumologie et médecine du sommeil, le Dr Raphaël Heinzer a mis sur pied le Centre d'investigation et de recherche sur le sommeil en 2006 avec le Pr. Mehdi Tafti, qui se focalise sur la recherche et le traitement des troubles du sommeil.



Dr José Haba-Rubio,
Médecin cadre au CIRS
du CHUV

Le Dr José Haba Rubio, médecin cadre au Centre d'investigation et de recherche sur le sommeil, s'est spécialisé en neurologie et médecine du sommeil dans les hopitaux universitaires de Bruxelles, Strasbourg et Genève.

A propos de CENAS

CENAS est le premier Centre du Sommeil privé de Suisse. L'objectif de notre centre du sommeil est le traitement des troubles du sommeil grâce à une approche pluridisciplinaire. C'est pourquoi son équipe de médecins et de praticiens spécialistes du sommeil ont des profils complémentaires et variés.

Entre la consultation sommeil spécialisée, l'exploration du sommeil, ou l'appareillage par Pression Positive pour traiter les apnées du sommeil, l'équipe CENAS s'engage à répondre au mieux aux besoins et aux attentes de chacun. Dans une approche intégrative de la médecine du sommeil, CENAS, en collaboration avec Efficiium, propose aux patients d'intégrer l'évaluation de la nutrition dans le bilan diagnostic et thérapeutique des apnées du sommeil. La micronutrition, mais aussi la neuronutrition, se portent au secours des pathologies du sommeil.

Contacts Presse

CENAS, CENTRE DU SOMMEIL

Route des Jeunes 9 - 1227 Les Acacias
Téléphone : 022 307 10 95
E-mail : info@cenas.ch
Site internet : www.cenas.ch

AGENCE BEFINE

Route des Jeunes 9 - 1227 Les Acacias
Téléphone : 022 300 50 03
E-mail : Mattia Darlon - mattia@befine.io
Site internet : www.befine.io

**JOURNÉE SUISSE
DU SOMMEIL**



18 MARS 2017
PREMIÈRE ÉDITION DE
LA JOURNÉE SUISSE DU SOMMEIL

La première journée suisse du sommeil aura lieu à Genève le 18 mars 2017, en lien avec la journée internationale du sommeil qui a lieu chaque année.

Cette journée sera consacrée aux apnées du sommeil et aura pour objectifs :

- de sensibiliser le grand public sur le rôle et l'importance du sommeil dans notre santé au quotidien ;
- de favoriser le dépistage des apnées et rappeler que des structures de soins existent lorsque le sommeil devient pathologique ;
- de poursuivre la reconnaissance engagée des troubles du sommeil comme élément de santé publique.

A cette occasion, plusieurs événements seront organisés dans Genève : sur le parvis de l'université Uni-Mail et rue confédération. La population pourra ainsi évaluer sur place, son risque de faire des apnées du sommeil et obtenir des conseils.

En savoir plus sur la journée suisse du sommeil : www.journeedusommeil.ch