

# DU Prise en charge de l'insomnie

SCIENCES, TECHNOLOGIES, SANTÉ

---

## Présentation

**ATTENTION : La formation est suspendue en 2020-2021**

**Référence formation (à rappeler dans toute correspondance) : DUB291**

**Responsables de l'enseignement :** Pr Damien Léger et Dr Sylvie Royant-Parola

**Forme de l'enseignement :** en présentiel

## OBJECTIFS

- \* Savoir reconnaître ou suspecter l'origine d'une insomnie
- \* Savoir quand demander un examen complémentaire
- \* Savoir manier les hypnotiques
- \* Savoir appliquer des techniques non médicamenteuses dans le traitement des insomnies

## Programme

### ORGANISATION

**Référence formation : DUB291**

**Calendrier :** Octobre à mai

**Rythme :** Séminaires de deux jours consécutifs (vendredi et samedi)

**Lieu :** Paris 4e

### CONTENUS PÉDAGOGIQUES

#### Session 1 : Insomnie et dépression

- \* Introduction basique sur l'organisation du sommeil et sa physiologie
- \* Clinique de l'insomnie : différentes formes
- \* La clinique de l'insomnie dans la dépression
- \* Fatigue, somnolence et insomnie
- \* Régulation du sommeil et antidépresseur
- \* Les médicaments de l'insomnie

#### Session 2 : Chronobiologie

- \* Rythmes et synchroniseurs
- \* Dépression saisonnière
- \* Utilisation des synchroniseurs (Luminothérapie...), mélatonine
- \* Le sommeil âgé normal
- \* Insomnie du sujet âgé
- \* Associé à des troubles cognitifs et dégénératifs
- \* Usage des psychotropes chez les personnes âgées

#### Session 3 : Insomnies organiques

- \* Arbre décisionnel des insomnies organiques
- \* Syndrome d'apnées du sommeil
- \* Syndrome des jambes sans repos et maladie neurodégénérative dans le sommeil
- \* Somnambulisme, Rêve et activité mentale, cauchemars et rêves traumatiques au cours du sommeil
- \* Sommeil, mémoire et apprentissage

#### Session 4 : Le sommeil de l'enfant et de l'adolescent

- \* Le sommeil du bébé et de l'enfant
- \* organisation du sommeil
- \* prise en charge de l'insomnie chez l'enfant

**Pour en savoir plus, rendez-vous sur > [u-paris.fr/choisir-sa-formation](https://u-paris.fr/choisir-sa-formation)**

- \* l'enfant hyperactif et son sommeil
- \* Comportement du sommeil de l'ado
- \* La somnolence chez l'adolescent (privation de sommeil, retard de phase, hypersomnie...)
- \* La dépression chez l'adolescent

#### LES ATELIERS

- \* Animation et cas cliniques en petits groupes
- \* Agenda et outils d'évaluation (questionnaires)
- \* Actimétrie : utilisations pratiques (exemple)
- \* TCC et photothérapie
- \* programme global de prise en charge

#### MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES D'ENCADREMENT

Équipe pédagogique :

**Ressources matérielles** : les supports pédagogiques sont mis à disposition des stagiaires sur Moodle

## Admission

- \* Médecins diplômés ou ayant validé leur deuxième cycle d'études médicales
- \* Psychologues diplômés
- \* Pharmaciens
- \* Paramédicaux après acceptation de leur dossier par le comité pédagogique

**Droits de scolarité** :

#### FRAIS DE FORMATION\* selon votre profil

- \* Pour toute personne bénéficiant d'une prise en charge totale ou partielle : **1500 €**
- \* Pour toute personne finançant seule sa formation : **1500 €**
- \* Tarif préférentiel **UNIQUEMENT** si vous êtes :
  - \* Diplômé de moins de 2 ans d'un DN/DE (hors DU-DIU) OU justifiant pour l'année en cours d'un statut d'AHU OU de CCA OU de FFI hospitalier : **1000 €** (justificatif à déposer dans CandiOnLine)
  - \* Étudiant, Interne, Faisant Fonction d'Interne universitaire : **700 €** (certificat de scolarité universitaire

justifiant votre inscription en Formation Initiale pour l'année universitaire en cours à un Diplôme National ou un Diplôme d'État - hors DU-DIU - à déposer dans CandiOnLine)

+

**FRAIS DE DOSSIER\* : 300 €** (à noter : si vous êtes inscrit(e) en Formation Initiale à Université de Paris pour l'année universitaire en cours, vous n'avez pas de frais de dossier – certificat de scolarité à déposer dans CandiOnLine).

*\*Les tarifs des frais de formation et des frais de dossier sont sous réserve de modification par les instances de l'Université.*

## Et après ?

### POURSUITE D'ÉTUDES

Vous pouvez toujours compléter ou acquérir de nouvelles compétences en vous inscrivant à d'autres diplômes d'université, des formations qualifiantes ou des séminaires.

## Contacts

#### Responsable(s) pédagogique(s)

Damien Leger

#### Secrétariat pédagogique

Maxime Elbaz

maxime.elbaz@aphp.fr

#### Pôle Formation Continue Universitaire

Pôle Formation Continue Universitaire, DU-DIU -  
Médecine

01 76 53 46 30

inscription.dudiu.medecine@scfc.parisdescartes.fr

## En bref

**Pour en savoir plus, rendez-vous sur > [u-paris.fr/choisir-sa-formation](https://u-paris.fr/choisir-sa-formation)**

**Composante(s)**

Faculté de médecine

**Durée**

106 heures

**Modalité(s) de formation**

- Formation continue

**Pour en savoir plus, rendez-vous sur > [u-paris.fr/choisir-sa-formation](https://u-paris.fr/choisir-sa-formation)**