



Губанов Юрий Александрович

Добрый вечер. Иван Андреевич, скажите, а если у человека с 22 ЛЕТ нарушен биоритм сна и бодрствования? Можно ли его восстановить, не прибегая к фарм.препаратам? Тут и вахтенная служба в ВС и работа дежурантом в ОРИТ?



Геращенко Ольга Дмитриевна

Добрый вечер! Спасибо за актуальную тему конференции. Что бы Вы посоветовали при бессоннице у пожилых лиц с глубокой сосудистой деменцией с «потерей личности»? (Днём спокойный образ жизни, ночью «активная фаза» возбуждения с хождением, собирательством, ломанием предметов мебели)



Мячикова Светлана Ивановна

Уважаемый Иван Андреевич, что делать с бессонницей после перенесенной ковид 19инфекции? Спасибо.



Клешков Александр Юрьевич

Добрый вечер. Употребление чашки кофе 0,3 л, либо эквивалентной дозы кофеина в любой другой форме ведет к увеличению уровня тревоги, нарушению сна в последующие два-три дня. В отсутствие кофеина таких проявлений нет. Прокомментируйте, пожалуйста.



Раков Артем Вячеславович

Иван Андреевич, доброго времени суток! Неоднократно встречается в клинической практике нарушение сна, как моносимптом. Ларвированных, процессуальных, пароксизмальных явлений не наблюдается. Соматически пациенты без патологии. Прием антидепрессантов/ +/-нейролептиков улучшения не несет. Желания проводить фармакотерапию исключительно анксиолитиками нет по причине ее временного эффекта. Тактика, стратегия? Благодарю.



Казакова Татьяна Александровна

Добрый вечер что можно посоветовать человеку испытывающему сонливость. Разбитость после полноценного 9 часового сна. Хрон заболеваний нет.



Вейц Антон Вадимович

Уважаемый ИА, пациентам с шизофренией на практике с целью купирования расстройства сна часто назначается клозапин и аминазин, как вы считаете насколько это правильно и нужно ли использовать с этой целью бензодиазепиновые и небензодиазепиновые (имован) анксиолитики?





Пиорова Елена Николаевна

Добрый вечер, оправданность и риск назначения хлорпротексена у пожилых пациентов.



Орозалиева Гулзина Маматовна

Здравствуйте Иван Андреевич, скажите пожалуйста какие препараты более эффективно при инсомнии у людей молодого возраста?



Бурментьева Светлана Викторовна

меняется ли качество сна от времени суток



Кондрашова Юлия Владимировна

Добрый вечер! 1. Ваше мнение о препаратах мелатонина (кому, как долго, дозы, эффективность)? Особенно в свете нынешней ковид-ситуации; 2. сын-программист, много работает и учится, ночами практически не спит (закончил Физтех), днем - как получится, депрессивен, тревожен, дайте, пожалуйста, совет; 3. часто назначаю алимемазин, Ваше мнение? Спасибо за эту тему и за ответы!!



Шатухин Андрей Александрович

Спасибо за лекцию. Объясните пожалуйста разницу между ужасом и кошмаром, по международной классификации F 51.4 и 51.5



Белоконь Александр Олегович

Добрый вечер. Благодарю Вас за интересные темы докладов! Если у Вас планируются еще доклады, хотелось бы услышать в будущем доклад про "игроманию". Учитывая большую доступность населения к гаджетам и т.д. Является ли это психическим нарушением и т.п. Спасибо.



Михеева Елена Юрьевна

Добрый вечер, коллеги! Иван Андреевич скажите пожалуйста безопасные препараты для коррекции сна в детском возрасте. Сейчас все назначают мелаксен, но ведь он повышает уровень глюкозы крови. Но если вы выбираете мелаксен, какова длительность приема у детей. Какой промежуток для начала следующего курса. Благодарю!





Михеева Елена Юрьевна

И ещё вопрос, как вы смотрите на комбинацию Фенибут и магне в6 для коррекции и восстановлении сна у детей



Белов Алексей Николаевич

Уважаемый Иван Андреевич, как влияет секс в вечернее время на структуру сна? На сколько целесообразна корректировка в сторону утренних или дневных часов?



Герасимова (Кохова) Юлия Васильевна

Здравствуйте! Очень интересная лекция! Вопрос у детей с СДВГ какая потребность во сне?



Иванов Руслан Николаевич

Укорочение длительности сна в возрасте 60+ (до 4х часов) без клинически значимых нарушений функционирования организма возможно? или последствия неизбежны?



Кондрашова Юлия Владимировна

С детства (школа) являюсь глубокой "совой", но если раньше это было с 24.00, то теперь дошло до 3-4 часов ночи (начало сна), работоспособность всегда выше во второй половине дня, особенно - ночью. Понимаю, что это плохо. Пытаюсь бороться, но безрезультатно практически. Встаю в зависимости от работы (8-11). Ваш совет? Интересно, что муж (тоже врач) - с раннего детства - "жаворонок", всю жизнь встает в 6 утра, активно работоспособен утром, засыпает в 21.00



Лабазанова Елена Валерьевна

Добрый вечер ! Пациент принимает Золофт , появились жалобы на нарушение сна-периоды резкой сонливости днём и трудности засыпания ночью. Как скорректировать лечение?



Фатеева Александра Гениевна

добрый вечер! подскажите, пожалуйста, тактику и терапию бруксизма.



Серезо-Вестер Алексей Мариано

Существуют ли рекомендации по безопасному количеству ночных смен в месяц у медицинских работников ?



Турбина Алла Михайловна

Добрый вечер, Спасибо за актуальную лекцию. Тоже интересуется применение лекарственных препаратов в детском возрасте, в пожилом возрасте. Ваше мнение по применению Фенибута, как препарата, влияющего на структуру сна



Андреева Наталия Геннадьевна

Добрый вечер. Состояние когда человек проснулся но не может пошевелиться, не опасно ли это? У подростка.



Мухтарова Гузель Фарильевна

Как бороться с "сонным параличом"? После пробуждения утром боюсь засыпать снова, в 100% повторного засыпания утром возникает " сонный паралич".



Воробьев Виктор Борисович

Как правильно титровать грандаксин, когда он идет до месяца к сиюзс?



матвеева лариса михайловна

у ребенка 2 лет нарушение сна(трудность засыпания, беспокойство,сноговорение), тактика участкового врача, алгоритм психоневрологического обследования



Попова Анна Николаевна

Здравствуйте, я врач реаниматолог, ввиду нехватки специалистов периодически приходится работать по 1-2 суток подряд без сна. После возвращения домой сил нет, но уснуть не получается часами. С чем это связано? И Как это сказывается на репродуктивной функции женщин?



Татаринев Сергей Александрович

Что значит расстройство сна не органической природы?



Андреев Павел Игоревич

Как Вы относитесь к назначению "корректоров поведения" для снятия тревожности у пожилых пациентов в вечернее время (трудности засыпания). Спасибо.



Татаринов Сергей Александрович

При каких типах расстройств личности наиболее часто встречается инсомния?



Гущина Лариса Михайловна

Добрый вечер! Спасибо за интересный материал. Ранее просыпание, что можно ночью предпринять для засыпания?



Татаринов Сергей Александрович

Наиболее эффективные и безопасные препараты при хронической бессоннице?



Пиорова Елена Николаевна

на имован отмечают периоды кратковременной потери памяти у пожилого человека о чем это может говорить.



Ястребов Павел Николаевич

как быть с расстройством сна у незрячих больных? Часто незрячие больные спят по часу - два, с перерывами. За сутки получается около 5 часов. Стоит ли подбирать терапию в таких случаях, или это особенность незрячих больных?



Наумова Галина Валерьевна

Что можно порекомендовать пациенту с деменцией и нарушением ритма сна, ночной бессонницей и беспокойством?  
Спасибо за интересную лекцию



Салаватова Мумина Ширваниевна

Безопасны ли курсы приема Донормила у людей с гипотонией и с НБПНПГ?



Ухова Галина Владимировна

Пожалуйста, порекомендуйте препарат при хр.инсомнии, для врача, исключая БАДы, фенибут, мелаксен



Уточкин Станислав Юрьевич

Пациент для восстановления сна принимает феназепам 5мг на ночь в течении длительного времени (3 месяца), на какой препарат переводить, чтобы снизить развитие синдрома отмены и какая длительность заместительной терапии, для полной отмены феназепама.



Иванов Руслан Николаевич

Ранние пробуждения - тревожность?



Герасимова (Кохова) Юлия Васильевна

Полезен ли дневной сон?



Сергеева Татьяна Олеговна

Добрый вечер! спасибо за актуальную лекцию и доступное изложение. Пациент 40 лет (около 10 лет назад тяжелая ЗЧМТ) в течение последних 2х лет появилось нарушение сна засыпает в 18-19 вечера пробуждение в 3 утра и начинается утренняя активность. Иногда искусственно выдерживают до 23 вечера засыпание но пробуждение все равно будет в 3.00. снотворные средства помогают в течение 2 дне и потом начинается то же самое. Просим у вас совет по тактике ведения пациента.



Михайлюк Екатерина Дмитриевна

Здравствуйте! Благодарю за лекцию! Скажите пожалуйста, какие психические расстройства могут сопровождаться именно парадоксальной инсомнией?



Сафаров Сергей Раисович

Здравствуйте, ваше отношение к применению вальдоксана при изолированных нарушениях сна.



Ширяева Светлана Николаевна

Добрый вечер. Как долго можно принимать мелатонин при нарушении сна?



Эюбова Марал Эльшановна

Добрый вечер, спасибо, за интересную лекцию. У меня вопрос следующего характера. Если практически нет фазы глубокого сна и происходит, что часто просыпается человек, это является ли проблемой и нужно принимать какие-то препараты? Возраст пациента 30 лет. Спасибо.

Авдеева Дарья Викторовна

Добрый день. Ваше отношение к препарату имован? Несколько лет назад были нарушения сна, начала пить препарат. После приема в течение 10 минут появляется чувство эйфории, благодушия, доброты, радости и любви ко всему миру, проблемы уходят. Далее резкое головокружение и можно просто упасть, тк резко наступает сон. Пила около года, развилось привыкание. Отказаться не могла, тк утром надо было работать и не спать былр невозможно, синдром отмены развился. Потом чувство эйфории после приема сменилось чувством удушья сильного и стало тогда реально страшно! Чтобы с него слезть ушло три месяца, периоды отказа сменялись походами в аптеку за ним. Пришлось бросить работу на пару месяцев, чтобы позволить себе не пить его и не спать какое-то время. Это был ужас. Есть ли в практике Вашей подобные случаи?

Иванов Руслан Николаевич

Использование часов, отражающих длительность и фазы сна, могут быть полезны?

Козлова Татьяна Витальевна

Иван Андреевич, спасибо за очередную прекрасную лекцию! Как долго можно принимать мелатонин?

Касперская Людмила Алексеевна

Максимальная суточная доза мелатонина?

Володина Марина Евгеньевна

Добрый вечер. Вы рассказали о пользе одинаковых положительных биоритмов в течение недели, т.е. просыпаться в одно и то же время в выходные и рабочие дни, однако в будни дни подъем в 6.00 на фоне позднего засыпания (после 23.00), в результате накапливается усталость и желание выспаться в выходной. Что, собственно и происходит у многих. Получается, в выходные дни - возможность добрать "недостаток" сна в течение недели. Ваше мнение: можно ли выспаться за два дня при отсутствии полноценного 7 часового сна в течение рабочей недели? Спасибо.

Берзова Анна Сергеевна

Добрый вечер, можно ли еще раз объяснить, в чем заключается суть парадоксальной инсомнии?

Можаева Полина Александровна

Ощущение онемения губ после приема малых доз амитриптилина (1/2т) вечером, является ли показанием к отмене препарата?

Кондрашова Юлия Владимировна

Что же делать с пациентами, которые приходят и сообщают - "годами сплю только на феназепаме"?

Сергеева Татьяна Олеговна

Как вы относитесь к разнообразными подушками для улучшения качества сна?

Панкова Эвелина Рафисовна

Добрый вечер! Какими препаратами рекомендуете корректировать инсомнию при отмене БДП у пациентов с зависимостью от них?

Магонова Елена Геннадьевна

Можно ли применять вальпраты (депакин), например, в дозе 300 мг для нормализации циркадных ритмов и нормализации сна? У него же также есть влияние на ГАМК систему.

Гоева Ирина Анатольевна

Ваш совет по коррекции детской поведенческой инсомнии.

Ватолина Элеонора Александровна

Уже несколько месяцев в аптеках нет тразадона. Каким препаратом можно его заменить, если пациент уже принимал долго тразадон и хорошо на нем шёл

Турбина Алла Михайловна

Добрый вечер. Нужно ли при назначении СИОЗС в первую неделю использовать бензодиазепины для предупреждения временного повышения тревоги?


Mehrgan Samira Magomedovna

добрый вечер. А что можно пить седивного и для сна беременным ?спасибо



---

Лобачева Анна Станиславовна

 Большое Спасибо за интереснейшую лекцию! Вреден ли прерывистый сон? Домохозяйка, 45 лет, соматически здорова, сон с 2 до 6, затем период бодрствования с 6 до 8-9 (прогулка с собакой, приготовление завтрака, проводы мужа и детей на работу, в школу, детсад) , затем снова сон в течение 2-4 часов. Насколько целесообразно корректировать данный режим дня? Стоит ли рекомендовать более раннее отхождения ко сну, чтобы не ложиться спать после выполнения утренних домашних дел?


---

Карапетян Саргис Павлушевич

 смещение сна в дневной сон вредно для организма?

---

Ахмедханов Сейпула Шапиевич

 Добрый вечер! О чем может свидетельствовать пробуждение в 3 часа утра ежедневно и нужно ли что-либо принимать по этому поводу?

---

Гоева Ирина Анатольевна

 Какие дозы мелатонина у детей Вы рекомендуете?


---

Игнатьева Елена Борисовна

 Подскажите, где можно подробнее почитать про когнитивно-бихевиоральную модель работы бессоницей?

---

Жиналеева Елена Анатольевна

 Спасибо за интересную лекцию! Скажите на какой период времени можно назначать антидепрессанты для лечения инсомнии?

---

Сафарова Екатерина Геннадьевна

 Здравствуйте. Спасибо за актуальную для психиатров тему.

---

Самойленко Виктория Владимировна

 Добрый вечер, Иван Андреевич, спасибо за информативный вебинар!



Иванов Руслан Николаевич  
Спасибо за актуальную тему.



Серезо-Вестер Алексей Мариано  
Спасибо за лекцию!



Аитова Светлана Витальевна  
Спасибо за освещение проблемы инсомнии, с уважением врачи районной больницы



Мурзакова Анастасия Константиновна  
Отличный юмор про в музей без очереди



Газина Динара Надировна  
Огромное спасибо за хорошие лекции, включая сегодняшнюю .



Уральская Янина Вячеславовна  
Спасибо



Косов Олег Владимирович  
Спасибо за лекцию.



Сергеева Евгения Степановна  
Спасибо за информацию



Григорьева Ксения Анатольевна  
Какие есть рекомендации для мам с новорожденными детьми и кормящим женщинам ?



Куляскин Олег Валентинович  
Большое спасибо за лекцию!



Саяхова Флюра Хайрутдиновна  
Спасибо за лекцию!



Лобачева Анна Станиславовна  
Необходим отдельный семинар для ответов на вопросы по теме сегодняшней лекции!



Гриценко Татьяна Анатольевна  
Спасибо за интересную лекцию!



Григорьева Ксения Анатольевна  
Где купить очки для светотерапии ? Какие есть требования/критерии для выбора?



Волкова Анна Аркадьевна  
Иван Андреевич, за лекцию! На ваш взгляд, какие препараты предпочтительней для коррекции нарушений сна у пациентов с алкогольной зависимостью в период становления ремиссии ?



Хазанова Елена  
Спасибо!



Токарева Оксана Евгеньевна  
Какой препарат лучше при нарушении сна после ковида ,спасибо



Дючкова Алиса Сергеевна  
Спасибо большое за ваши лекции! Может ли человек при сомнамбулизме совершить суицид?



Туляков Мансур Дамирович  
Занимаются ли врачи психотерапевты в Питере лечением проблем с засыпанием, через обучение осознанному сновидению?



Макаева Наиля Адыловна  
Спасибо!!



Чурсина Екатерина Владимировна  
Иван Андреевич, большое спасибо!



Уральская Янина Вячеславовна  
Большое спасибо за лекцию!



Чурсина Екатерина Владимировна  
Можно ли уточнить эффективные дозы мелатонина?



Володина Марина Евгеньевна  
Спасибо за предоставленную информацию. Всем

Усманов Вячеслав Арифович  
Спасибо, но очень большой объем информации



Фетисов Вадим Анатольевич  
Большое спасибо за прекрасную и содержательную лекцию, Иван Андреевич!



Колпакова Анастасия Павловна  
Спасибо за интересную лекцию.



Чурсина Екатерина Владимировна  
И ещё один вопрос: тактика при агнозии сна?



Маличенко Ольга Николаевна  
Иван Андреевич, спасибо большое за интересную и содержательную лекцию!



Куликова Ольга Владимировна  
Спасибо за интересную лекцию!



Маховская Наталия Владимировна  
Большое спасибо!



Изотова Елена Юрьевна  
Великолепная лекция! Спасибо!



Трофимова Нэля Викторовна  
Спасибо



Горячева Елена Константиновна  
Спасибо большое за информацию. Интересная лекция.



Выходцев Сергей Владимирович  
Спасибо!



Турбина Алла Михайловна  
Огромное Спасибо за прекрасную лекцию!!



Соловкина Магифира Мехмановна  
Большое спасибо!



Казакова Елена Юрьевна  
Спасибо!



Токарева Анна Сергеевна  
Большое спасибо за новые рекомендации!



Гончугова Марина Михайловна  
Спасибо за интересную лекцию



Аракелян Асмик  
Спасибо за лекцию



Вершинина Анастасия Геннадьевна  
Спасибо огромное! Вы очень мощный лектор!



Камынина Ольга Владимировна  
Спасибо за прекрасную лекцию!!



Ковалева Светлана Андреевна  
Спасибо большое.



Пузырева Екатерина Ивановна  
Спасибо за интересную лекцию!!!



Малев Александр Леонидович  
Спасибо за Ваш труд и, как всегда, актуальный, содержательный материал!



Бурментьева Светлана Викторовна  
большое спасибо за интересную лекцию и прекрасное изложение



Житенева Анастасия Ивановна  
Огромное спасибо за лекцию!!!Как всегда интересно, познавательно!



Гатин Булат Ильясович  
Спасибо за лекцию!! Много интересной информации!!



Молчанов Виктор Иванович  
спасибо



Богонис Елена Васильевна  
Спасибо за актуальный вебинар!!!



Христич Елена Савельевна  
Спасибо большое за лекцию!!!



Кислицына Наталья Владимировна  
Спасибо большое, очень интересная информация!



Гареева Галя Латыповна  
Большое спасибо за лекцию



Тарасович Игорь Иванович  
Уважаемый, Иван Андреевич! Спасибо за интересную лекцию!!!



Сучков Игорь Вячеславович  
Спасибо за интересную лекцию!



Проскурнина Ирина Сергеевна  
Спасибо большое. Очень познавательный лекция



Хрипко Наталья Николаевна  
Спасибо, Иван Андреевич! Очень интересно, полезно, информативно!




Маринкова Марина Александровна  
спасибо



Терещенко Нина Александровна  
Спасибо большое за прекрасную лекцию

---



Волкова Татьяна Витальевна  
Спасибо большое за интересную лекцию!

---




Стоянова Ольга Викторовна  
Спасибо

---




Постникова Светлана Александровна  
Уважаемый Иван Андреевич, благодарим за информативную лекцию! Многие стали понятны.

---




Ходус Алексей Леонидович  
Огромное спасибо!

---




Михайлова Елена Борисовна  
Спасибо большое! Очень информативно и интересно.

---




Мастерко Элина Викторовна  
Добрый вечер, спасибо за лекцию, у пациентки признаки атипичной депрессии, повышенный аппетит, как следствие повышение веса, частая бессонница, какие дозы флуоксетина ей рекомендовать и препарат для устранения бессонницы.

---




Шукуров Вали Эльбобоевич  
Огромное спасибо за Ваш объемный труд.

---




Расулов Эркин Абдурахмонович  
Спасибо

---



Аджиева Ленара Лютфиевна  
Спасибо за лекции!!

---



Бушкова Валентина Аркадьевна  
Спасибо за лекцию!!





Орлов Андрей Викторович  
Спасибо большое!



Балкарей Михаил Борисович  
Иван Андреевич, спасибо большое за подробную информацию о такой сложной проблеме.

Алиева Гульнара Пулатовна  
Большое спасибо за прекрасную лекцию



Гоева Ирина Анатольевна  
Спасибо большое за актуальную лекцию!



Филиппова Елена Валерьевна  
Спасибо за лекцию. Что вы посоветуете для пациентки, потерявшей семью в автокатастрофе. Женщина 50 лет перестала есть, спать, постоянно плачет. Спасибо



Случек Наталия Иосифовна  
Спасибо!



Павлова Наталья Валерьевна  
Огромное спасибо за лекцию



Романова Эллен Анатольевна  
спасибо



Ветошкина Екатерина Евгеньевна  
Спасибо за лекцию, буду использовать материал в работе))



Трубаева Ирина Анатольевна  
Диссомния при климаксе



Михайлова Ольга Анатольевна  
Спасибо за прекрасную лекцию



Богородская Ирина Юрьевна  
Благодарю за лекцию



Кижнер Любовь Владимировна  
Большое спасибо за интересную лекцию.



Кондратьева Антонина Петровна  
Спасибо за информативную лекцию!!!



Грибачева Татьяна Владимировна  
Спасибо за интересную лекцию!



Очкина Елена Алексеевна  
Спасибо большое за интересный доклад. Какие последствия могут быть при многолетнем насильственном прерывании сна? Речь идет о родственниках, ухаживающих за тяжелобольными.



Ушакова Валерия Валерьевна  
Благодарю за очень интересный семинар



Кочетков Александр Архипович  
Спасибо!



Герасимова (Кохова) Юлия Васильевна  
Спасибо большое!!