



כחלק מארועי יום שוויון זכויות לאנשים עם מוגבלות
הנכם מוזמנים להרצאה מקוונת בנושא

הפרעות שינה

ההרצאה תתקיים בזום ב- 30.12 בשעה 17:00.

מרבית האנשים יסבלו במהלך חייהם מתקופה של אינסומניה. למרות זאת, הפרעות שינה מוזנחות ולא מטופלות בשל ההתייחסות אליהן כ"רפואת מותרות". בהרצאה נדון בחשיבות השינה, מאפייני שינה תקינה ומשך השינה הנדרשת לנו, מה קורה לגוף כאשר השינה אינה מספקת או אינה איכותית, מהן הפרעות שינה (הפרעות נשימה בשינה, הפרעות בשעון הביולוגי ונדודי שינה), ומהן דרכי הטיפול.

את ההרצאה תעביר ד"ר גילי גבעתי, מומחית בנוירולוגיה ורפואת שינה, המשמשת כסגנית מנהל בית החולים ברזילי בשנים האחרונות

להרשמה

