

INSOMNIE CHRONIQUE

Contacts du service :

Centre des troubles du sommeil
CIRCSom - Neurologie
Clinique Chirurgie B – Hôpital civil
67098 STRASBOURG CEDEX

Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 17h
Fermé les samedis, dimanches et jours fériés

 03 88 11 63 12

 consultation.sommeil@chru-strasbourg.fr

Programme d'Éducation Thérapeutique du Patient

POURQUOI ?

Répondre aux problématiques que vous rencontrez avec votre maladie, la gestion au quotidien de vos traitements, votre alimentation, vos loisirs, votre entourage, votre travail.

POUR QUI ?

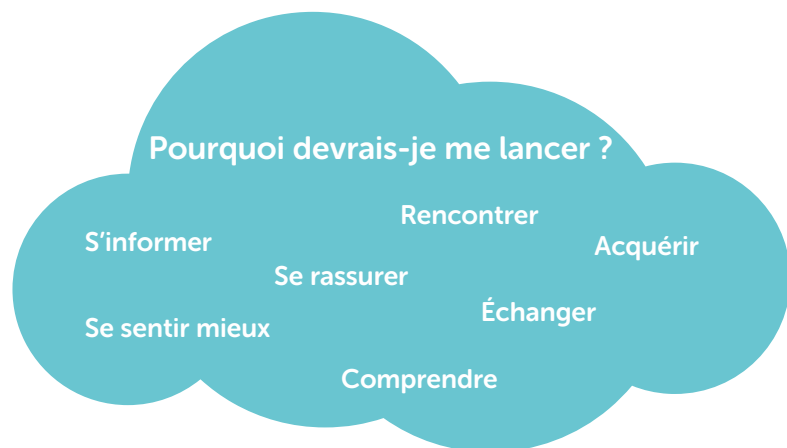
Les personnes présentant depuis plus de trois mois :

- Des difficultés d'endormissement ;
- Des réveils nocturnes ou précoces avec des difficultés à retrouver le sommeil ; entraînant des répercussions sur leur journée (fatigue, somnolence, manque d'énergie, irritabilité, difficultés de concentration).

PAR QUI ?

Une équipe d'éducation thérapeutique à votre écoute :

- Médecin somnologue
- Infirmier-e-s
- Psychologue-s



COMMENT ?

Nous vous proposons à la suite d'une consultation médicale au Centre des troubles du sommeil :

- Une première rencontre pour faire connaissance et évaluer vos besoins et vos attentes;
- Des temps d'échange et d'informations en groupe en présence d'une équipe pluridisciplinaire;
- Un bilan individuel auprès du médecin somnologue.

