

Podpořeno



NU^DZ
NÁRODNÍ ÚSTAV
DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ

KONFERENCE O NESPAVOSTI

Insomnie: od klinické praxe k výzkumným inovacím

Jednodenní konference pro odbornou veřejnost · VSTUP ZDARMA

DATUM

5. 11. 2026

čtvrtek, 9–15 h

MÍSTO

Höschlova posluchárna

Národní ústav duševního zdraví, Klecany

Online

Webex



REGISTRACE

Insomnie: od klinické praxe k výzkumným inovacím

8:30–9:00	Registrace
9:00–9:15	Zahájení konference PhDr. Jana Kopřivová, Ph.D.
9:20–9:40	Současný stav léčby nespavosti v ČR MUDr. Martin Pretl, CSc.
9:45–10:05	Chronobiologické aspekty nespavosti PhDr. Jana Kopřivová, Ph.D. MUDr. David Pánek, Ph.D.
10:10–10:30	Farmakoterapie MUDr. Johana Opravilová
10:30–10:45	Pauza
10:45–11:05	Doporučené postupy v léčbě nespavosti, Stepped care model Mgr. Karolina Janků, Ph.D.
11:10–11:30	Behaviorální trénink a jeho výsledky Mgr. Jiří Kalenský
11:35–11:55	KBT-I: přehled účinných faktorů a jejich využití Mgr. Linda Soukupová

12:00–13:00	Obědová pauza
13:00–13:20	Experimentální přístupy v léčbě nespavosti MUDr. David Pánek, Ph.D.
13:25–13:45	Potenciál domácí sluchové stimulace spánku u osob s nespavostí Mgr. Daniela Urbaczka Dudysová, M.A., Ph.D. Mgr. Linda Soukupová
13:45–14:00	Pauza
14:00–14:20	Vliv KBT-I na regulaci emocí Mgr. Karolina Janků, Ph.D. Mgr. Daniela Urbaczka Dudysová, M.A., Ph.D.
14:25–14:45	Validace Zkrácené škály nespavosti BIS na české populaci (diagnostika insomnie v praxi) Ella Konicarová