

**Prezes Urzędu Rejestracji Produktów Leczniczych,  
Wyrobów Medycznych i Produktów Biobójczych**

ma przyjemność zaprosić Państwa

**na konferencję prasową**

**Bezpieczeństwo i działania niepożądane leków  
przeciwłękowych i nasennych**

organizowaną w ramach **Ogólnopolskiej Kampanii**



*Lek  
Bezpieczny*

**Konferencja odbędzie się  
9 lutego 2017 r. (czwartek) o godzinie 12.00  
w siedzibie Urzędu, przy Al. Jerozolimskich 181C w Warszawie  
(Centrum Konferencyjne Adgar sala nr 7 na poziomie (+2); wejście: bud. B)**

Bezsennosc należy do najczęstszych problemów zdrowotnych. Z badań przeprowadzonych przez OBOP wynika, że co drugi Polak ma problemy z zasypianiem, a co trzeci nie przespał kilku nocy w miesiącu. Bezsennosc, podobnie jak epizody przewlekłego i ostrego lęku są więc problemem dla ok. 13 mln rodaków. Problemy te, wbrew utartym poglądom nie dotyczą tylko ludzi starszych, ale coraz częściej – młodych i bardzo młodych. Objawami, które występują po nieprzespanej nocy są m.in. zaburzenia koncentracji, zmęczenie, problemy z pamięcią, obniżenie nastroju i napędu, zmniejszenie motywacji. Bezsennosc przewlekła zwiększa ryzyko wystąpienia chorób somatycznych (nadciśnienia tętniczego, choroby wieńcowej, cukrzycy, otyłości, bólu, zaburzeń poznawczych), jest też przyczyną obniżenia jakości życia oraz produktywności w pracy. Przyczynami rozwoju bezsennosci mogą być m.in. zaburzenia psychiczne, choroby somatyczne ale też nieodpowiednia higiena snu. Istotnym powodem może być także paradoksalnie, zażywanie leków... nasennych i uspokajających, zwłaszcza, jeśli stosujemy je długo, w niewłaściwych dawkach i bez konsultacji z lekarzem. Wobec tego rodzi się pytanie: *Czy leki nasenne i przeciwłękowe są bezpieczne?* Odpowiedź na to pytanie, a także na inne:

*Co to jest zdrowy sen?*

*Czym jest bezsennosc?*

*Czy należy bać się bezsennosci?*

*Czy leczenie bezsennosci to jedynie zażywanie leków nasennych?*

*Jakie są zasady bezpiecznego stosowania leków nasennych?*

*Jakie działania niepożądane mogą wystąpić przy stosowaniu leków przeciwłękowych i nasennych?*

*Czy leki nasenne i przeciwłękowe mogą zażywać prowadzący pojazdy mechaniczne?*

*Czy benzodiazepiny powinny być nadal szeroko stosowane w leczeniu zaburzeń lękowych i bezsennosci?*

- poznacie Państwo podczas Konferencji.

Konferencję poprowadzi dr Grzegorz Cessak – Prezes Urzędu