

SUOMEN UNITUTKIMUSSEURAN (SUS) KEVÄTKOULUTUSPÄIVÄT
26.-27.3.2026
Hotel Arthur
Vuorikatu 19, Helsinki



Torstai 26.3.2026

Unilääketieteen erityispätevyyskoulutuksen psykiatriamoduulin
ja CBT-I unettomuusterapeuttien ohjelmat erikseen ilmoittautuneille

8.30-9.00 Ilmoittautuminen psykiatriamoduuliin ja CBT-I koulutukseen osallistujille
(ruokaliput ja näyttely)

**Psykiatriamoduuli (Unilääketieteen erityispätevyyttä tekeville)
(Juhlasali)**

Puheenjohtaja: Juha Markkula

9.00–10.15 **Moduulin ohjelmaa: käytännön harjoittelua ja
langanpäiden solmintaa.**

10.15–10.30 Tauko

10.30–11.45 **Moduulin ohjelmaa: ”Loppotentti”**

Kliininen CBT-I -aamupäivä (unettomuusterapeutit) (Hjelt -sali)

Puheenjohtaja: Tuula Tanskanen

9.00–10.15 **Etä-CBT-I – ei vain ”sama hoito Teamsissa”
Miten etätyö muuttaa CBT-I:tä, ja mitä se vaatii tekijältään**
Veera Lange
Palveluvastaava, Mielen Pihlajalinna
Asiantuntijatason CBT-I unettomuusterapeutti (SUS)

10.15–10.30 Tauko

10.30–11.45 **Digitaalinen CBT-I työkirja ja sen käyttö kliinisessä työssä.**

Tuula Tanskanen, Sairaanhoidtaja, ylempi AMK (kliininen asiantuntija), asiantuntijatason
CBT-I unettomuusterapeutti ja Unihoitaja (uniapnea-, unitutkimus- ja unettomuus), HUS
unipoliklinikka.

**Kliininen CBT-I -iltapäivä (unettomuusterapeutit ja muut kiinnostuneet)
Rinnakkaisohjelma 1. session kanssa (Hjelt -sali)**

Puheenjohtaja: Juha Markkula

- 13.00–14.10 **CBT-I:n yksilöllistetty toteuttaminen moniammatillisen tutkimuksen ja hoidon viitekehyksessä. Tapaus ja sen pohdintaa.**
Sinisofia Vikki-Mulari, Sairaanhoidtaja, Unihoitaja TYKS Uni- ja hengityskeskus/ psykiatrian unipoliklinikka, asiantuntijatason CBT-I unettomuusterapeutti (SUS)
- 14.10–14.40 **Kahvi ja näyttely**
- 14.40–15.40 **CBT-I masennuslääkkeenä ja muita näkökohtia CBT-I-hoitoon. Tutkimustuloksia maailmalta ja käytännön havaintoja kliinisestä työstä.**
Keskustelua ja osallistujien omia kokemuksia.
Juha Markkula, LT, Psykiatrian erikoislääkäri, Unilääketieteen erityispätevyys, psykoterapeutti, asiantuntijatason CBT-I unettomuusterapeutti (SUS). Apulaisylilääkäri, TYKS Uni- ja hengityskeskus/ psykiatrian unipoliklinikka

Kevätkoulutuspäivien kaikille yhteinen ohjelma

(Torstai iltapäivä rinnakkaisohjelmana CBT-I unettomuusterapeutisession kanssa)

- 11.30–13.00 **Ilmoittautuminen** (ruokaliput), lounas ja näyttely

1. Sessio: Puheenjohtaja Ulla Anttalainen (Juhlasali)

- 13.00–13.30 **Unibruksismin diagnosointi ja hoito tällä hetkellä**
Juho-Matti Huhtala, HL, suu- ja leukakirurgia, TYKS
- 13.30–14.00 **Leukakirurginen uniapnean hoito**
Tero Soukka, suu- ja leukakirurgian dosentti, palvelualuejohtaja, TYKS Syöpäklinikan ja Pääkeskuksen palvelualue)
- 14.00–14.10 **Leukakirurginen virtuaalipotilas**
- 14.10–14.40 **Kahvi ja näyttely**
- 14.40–15.10 **The Intersection of Oral Health and Sleep Medicine: Can We Prevent OSA?**
Triin Jagomägi, DDS, MSc, PhD, orthodontist, Professor in Orthodontics, Institute of Dentistry, University of Tartu
- 15.10–15.40 **Yhteistyökumppanin puheenvuoro**
- 15.50–17.20 **Suomen Unitutkimusseura ry:n vuosikokous** (vain seuran jäsenille)
- 18.30 **Illallinen kaikille koulutukseen osallistujille Gina ravintolassa**
(Korkeavuorenkatu 34, Helsinki)

Perjantai 27.3.2026

8.45–9.00 Ilmoittautuminen (ruokaliput), kahvi ja näyttely

2. Sessio: Puheenjohtaja Irina Virtanen (Juhlasali)

- 9.00–9.25 **Nukkumisergonomia**
Nina Kuulas, Työfysioterapeutti, Unikulma
- 9.25–9.50 **Sentraalinen uniapnea ja ASV-hoidon nykyiset suositukset**
Hanna-Riikka Kreivi, dosentti, keuhkosairauksien ja allergologian el., HUS
- 9.50–10.15 **Hypoksinen kuorma uniapnean vakavuuden mittarina**
Anniina Norrkniivilä, kliinisen neurofysiologian dosentti, ylilääkäri, HUS
Timo Leppänen, professori, Teknillisen fysiikan laitos, Itä-Suomen yliopisto
- 10.15–10.25 **Suomalainen nuorten tutkijoiden verkosto ja ESRS:n Early Career Network**
Matias Rusanen, PhD , Teknillisen fysiikan laitos, Itä-Suomen yliopisto
- 10.25–10.35 **TAUKO**
- 10.35–10.45 **Hiljainen uniapnea ohitusleikkaukseen tulevilla potilailla**
Marjo Ajosempää, anesthesiologian el., TYKS
- 10.45–10.55 **Miksi toiset ovat toipuneet ja minua vain väsyttää? Väsymys, uni ja perinnölliset riskitekijät pitkittyneessä koronataudissa**
Vilma Lammi, PhD, vanhempi tutkija, FIMM
- 10.55–11.05 **Pikakatsaus: kuluttajille suunnattujen unitrackereiden hyöty ja tarkkuus**
Anne Hillamaa, LL, väitöskirjatutkija, Helsingin yliopisto
- 11.05–11.15 **Chiari I potilaiden unenaikaiset hengityshäiriöt**
Liisa Teriö, Kliinisen neurofysiologian el., KYS
- 11.15–11.25 **Unettomuus, unen pituus, Parkinsonin taudin riski**
Sonja Sulkava, LT, post doc-tutkija, SleepWell-tutkimusohjelma, Helsingin yliopisto
Kliinisen genetiikan yksikkö, HUS
- 11.25–12.30 **Lounas ja näyttely**

3. Sessio: Puheenjohtaja Anniina Norrkniivilä (Juhlasali)

- 12.30–13.10 **Epäsäännölliset työajat, uni ja vireys**
Mikael Sallinen, tutkimuspäällikkö, Työterveyslaitos ja Jyväskylän Yliopisto
- 13.10–13.50 **Uniapnean tutkimusta ja hoitoa viidellä vuosikymmenellä Paimiossa ja Turussa**
Tarja Saaresranta, yllääkäri, koordinoiva johtaja, Tyks, Uni- ja hengityskeskus
Professori, Turun yliopisto
- 13.50–14.20 **Kahvi ja näyttely**

4. Sessio: Puheenjohtaja Eemil Partinen (Juhlasali)

- 14.20–15.05 **Pharmacological therapy of insomnia**
Jan Hedner, MD, professor, Department of Sleep Medicine, Sahlgrenska University Hospital
- 15.05–15.35 **Treating long-term insomnia disorder with an orexin receptor antagonist: Daridorexant - from clinical trials to real world evidence**
Nina Erixon-Lindroth, PhD, Idorsia
- 15.35–16.05 **Unettomuuden käypähoito suosituksen päivitys**
Markku Partinen, LKT, neurologi, professori, Helsingin yliopisto
- 16.05–16.10 **Koulutuspäivien päätös**
Ulla Anttalainen, LT, dosentti, OYL, keuhkosairauksien ja allergologian el., TYKS

Ilmoittautuminen

Koulutuspäivät ovat kaikille SUS:n jäsenille maksuttomat. Ei-jäseniltä 1 päivä 150€, 2 päivää 250€, joka maksetaan Suomen Unitutkimusseuran tilille FI16 1173 3000 6685 77 viestillä Kevätkoulutus 2026. Maksu sisältää illallisen. Koulutuspäivästä saa pisteitä unilääketieteen erityispätevyyden, unitutkimuksen asiantuntijanimikkeen ja unihoitajapätevyyden teoreettiseen koulutukseen. Torstaina koulutuspäivän aamuna järjestetään kaksi erillistä koulutusta. Psykiatriamoduuli on tarkoitettu vain unilääketieteen erityispätevyyttä hankkiville ja yli vuoden kestävään kokonaisuuteen on ollut ilmoittautuminen erikseen. CBT-I-koulutus on tarkoitettu lähinnä unihoitajille, mutta on avoinna kaikille. Yhteinen ohjelma alkaa torstaina klo 13.00. Koulutus järjestetään lähikoulutuksena.

Yöpymiseen varauksen voi tehdä Hotel Arthuriin. varaukset tulee tehdä [tämän varauslinkin kautta](#). Suosittelemme tekemään varauksen mahdollisimman pian, sillä huonekiintiö vähenee seuraavan aikataulun mukaisesti: Varauksen huonemäärä tarkistetaan ensimmäisen kerran 24.1.2026, jolloin kiintiöidäksi jätetään enintään 50 % vapaista huoneista. Seuraava tarkistus tapahtuu 24.2.2026, jolloin kiintiöidäksi jätetään enintään 25 % vapaista huoneista. Kiintiön viimeinen varauspäivä on 3.3.2026, jolloin kiintiössä varaamatta olevat huoneet vapautuvat Hotel Arthurin vapaaseen myyntiin.

Ilmoittaudu koulutukseen oheisen linkin tai QR-koodin kautta 9.3.2026 mennessä. <https://forms.office.com/e/QZWjSmSHG3>

