



### PD Dr José HABA-RUBIO

Neurologue spécialiste des troubles du sommeil, le Dr José Haba-Rubio est co-directeur médical du Centre du Sommeil de Flormont. Privat-Docent et Maître d'Enseignement et de Recherche clinique à la Faculté de Biologie et de Médecine de Lausanne, il est également médecin agréé au CIRS du CHUV. Membre du board du Swiss Narcolepsy Network, il a publié/co-publié plus d'une centaine d'articles scientifiques et ouvrages.



### Dre Tifenn RAFFRAY

Psychiatre-psychothérapeute et spécialiste des troubles du sommeil, la Dre Tifenn Raffray est co-directrice médicale du Centre du Sommeil de Flormont et médecin agréée au CIRS du CHUV. Formée à Paris et aux États-Unis, elle est vice-présidente de la SSSC (Société Suisse de médecine du sommeil et de chronobiologie). Elle est experte en insomnie, en TCC et dans les troubles du sommeil liés au rythme de vie et au travail posté.

## À PROPOS DE CENAS

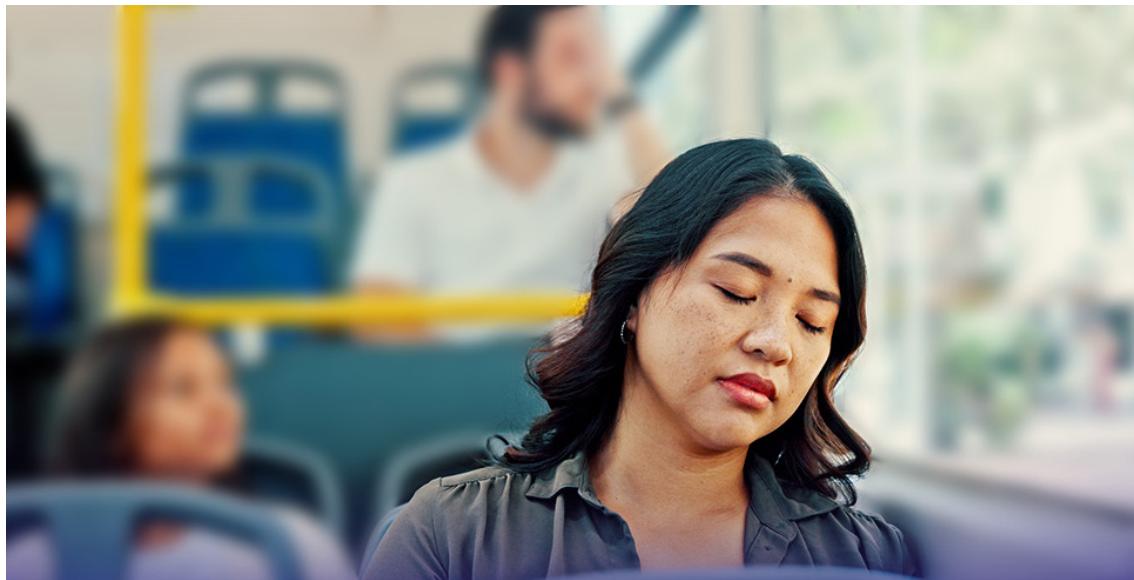
Depuis plus de 35 ans, Cenas accompagne les patients dans le traitement des troubles du sommeil. Créé par des spécialistes de la médecine du sommeil, Cenas est présent à Genève et à Bulle (Fribourg) et propose une approche multidisciplinaire des problématiques du sommeil et s'appuie sur un réseau de médecins généralistes, spécialistes et thérapeutes.

## ACCÈS À LA CONFÉRENCE

Four Seasons Hôtel des Bergues - 1ère étage -Salle des nations  
Quai des Bergues 33, 1201 Genève

- Bus 25 arrêt Mont-Blanc
- Parking le plus proche : Parking Mont-Blanc, Quai Général-Guisan 1204, Genève
- Service de voiturier payant à l'hôtel (le parking est à votre charge)

Pour toute demande de renseignements, notre équipe se tient à votre disposition par téléphone au **022 307 10 95** ou par e-mail à [contact@cenas.ch](mailto:contact@cenas.ch).



10<sup>ème</sup> Journée Suisse du Sommeil

## De Gélineau à l'ère des orexines : diagnostic et prise en charge de la narcolepsie

Jeudi 30 avril 2026 | De 14h à 17h15 | En présentiel et online

### Nos sponsors



# À PROPOS DE LA CONFÉRENCE

Chères consœurs, chers confrères,

Nous avons le plaisir de vous convier à la 10<sup>ème</sup> édition de la Journée Suisse du Sommeil, organisée par les centres du sommeil Cenas et Florimont.

Cette année, nous placerons la narcolepsie au cœur de nos échanges, une pathologie rare mais invalidante qui soulève encore de nombreux défis diagnostiques et thérapeutiques. Malgré les avancées scientifiques majeures de ces dernières décennies, la narcolepsie demeure souvent sous-diagnostiquée, et les patients font face à un parcours de vie complexe.

Dans un premier temps, le Dr José Haba-Rubio nous parlera de l'évolution historique et scientifique de la narcolepsie, depuis les premières observations de Gélineau jusqu'aux découvertes révolutionnaires sur le système orexinergique. Cette conférence mettra en lumière les outils diagnostiques modernes et approfondira notre compréhension

des mécanismes physiopathologiques.

Dans un second temps, la Dre Tifenn Raffray abordera la dimension humaine et pratique de la prise en charge. Elle présentera les approches thérapeutiques intégrées, combinant traitements pharmacologiques et interventions non médicamenteuses, tout en soulignant l'importance d'une approche globale tenant compte des aspects psychologiques, comportementaux et sociaux pour améliorer durablement la qualité de vie des patients.

Cette conférence a pour objectif de vous fournir une vision actualisée et complète de la narcolepsie, alliant rigueur scientifique et outils pratiques pour optimiser le diagnostic précoce et la prise en charge personnalisée de vos patients.

Nous espérons vous compter parmi nous pour cette journée riche en échanges et en apprentissages.

# PROGRAMME DE LA CONFÉRENCE

14h à 14h15

## Introduction

14h15 à 15h15 +15 mn de questions/réponses

## 1<sup>ère</sup> partie : De Gélineau à l'ère des orexines : diagnostic et physiopathologie de la narcolepsie

Par le PD Dr José HABA-RUBIO

Cette conférence retracera l'évolution des connaissances sur la narcolepsie, depuis sa première description clinique jusqu'aux découvertes récentes sur le rôle du système orexinergique, en mettant l'accent sur les outils diagnostiques modernes et les perspectives physiopathologiques.

15h30 à 16h Pause café

16h à 17h +15 mn de questions/réponses

## 2<sup>ème</sup> partie : Vivre avec la narcolepsie : prise en charge globale et qualité de vie

Par la Dre Tifenn RAFFRAY

Cette conférence abordera les approches thérapeutiques et psychologiques intégrées, visant à améliorer la qualité de vie des patients narcoleptiques, en tenant compte des aspects comportementaux, émotionnels et sociaux de la maladie.

17h15 Cocktail

## Modalités d'inscription

Cette conférence est ouverte aux médecins généralistes et spécialistes et sera disponible accessible en **visio-conférence** et en **présentiel**.

Merci de vous inscrire avant le **lundi 27 avril 2026** :

• via notre site [cenas.ch/event](http://cenas.ch/event) ou en scannant le QR code



## Crédits de formation continue

En cours de validation- les crédits de formation seront communiqués et publiés sur notre site web dès leur validation.