Warszawa, 27 października 2022 r.

**Adamed Pharma i Good Sleeper wspólnie zadbają**

**o zdrowy sen obywateli Ukrainy**

**W ramach współpracy Adamed Pharma i spółki Good Sleeper, powstała ukraińska wersja językowa znanej aplikacji wspomagającej terapię bezsenności - Good Sleeper. Do 31 grudnia 2022 roku, możliwe będzie użycie jednego z 10 tys. nieodpłatnych kodów dostępu, który pozwoli skorzystać z jej wersji podstawowej obywatelom Ukrainy, zarówno tym szukającym azylu poza granicami Ukrainy, jak i pozostającym w ojczyźnie.**

Obserwacja kryzysu związanego z wojną w Ukrainie oraz nierzadko wyjątkowo trudna sytuacja milionów ukraińskich uchodźców przebywających na terenie Polski lub innych krajów, były powodem do podjęcia współpracy między Adamed Pharma i właścicielem platformy Good Sleeper. Aby pomoc osobom w kryzysie wojennym po obu stronach granicy polsko-ukraińskiej, dla których bezsenność jest jednym z objawów stresu i ciężkich przeżyć – powstała ukraińska wersja językowa aplikacji Good Sleeper. To aplikacja mobilna i 6-tygodniowy program oparty na terapii poznawczo-behawioralnej, zalecanej jako pierwszoplanowa metoda w leczeniu bezsenności. Do 31 grudnia 2022 roku, możliwe będzie użycie jednego z 10 tys. nieodpłatnych kodów dostępu do podstawowej wersji ukraińskojęzycznej przez obywateli Ukrainy, przebywających na terenie, jak i poza granicami swojej ojczyzny.

„*Adamed jako firma innowacyjna przykłada szczególną wagę do zaadresowania niezaspokojonych potrzeb medycznych – mając na uwadze zdrowie i bezpieczeństwo pacjentów oraz efektywność systemu ochrony zdrowia.* *Transformacja cyfrowa trwa i płynnie wkracza w kolejne dziedziny naszego życia. Rozwiązania cyfrowe pozwalają na skuteczne mierzenie się z problemami, również tymi zdrowotnymi, a cyfrowa terapia bezsenności jest tego doskonałym przykładem. Dotychczas Adamed Pharma przeznaczył na pomoc dla Ukrainy, w tym leki i środki pomocy medycznej, niemal 13 mln zł. Współpraca i współtworzenie rozwiązań z zespołem Good Sleeper to kolejna z form naszego wsparcia dla narodu ukraińskiego”* – mówi Paweł Roszczyk, Członek Zarządu Adamed Pharma, Dyrektor Zarządzający*.*

Bezsenność jest bardzo powszechną chorobą cywilizacyjną wynikającą z nadmiernego wzbudzenia i stresu. Rytm dobowy obowiązuje nas w mniejszym stopniu niż kiedyś, a nieustanny dostęp do informacji nie daje wytchnienia i utrudnia oddzielenie kontekstów np. zawodowych od życia prywatnego. Według badań na bezsenność choruje nawet 19% populacji osób w grupie wiekowej 18-64. Poczucie zagrożenia związanego z kryzysem wojennym, pogłębia te statystyki. Wsparciem może być aplikacja stworzona przez Good Sleeper. Narzędzie powstało w zespole interdyscyplinarnym, który tworzy m.in. dr Małgorzata Fornal-Pawłowska, psychoterapeutka będąca jedną z pionierek CBT-I w Polsce oraz lekarza psychiatrę dr Michała Skalskiego – jednego z największych autorytetów w dziedzinie medycyny snu w Polsce. Aplikacja Good Sleeper jest wyrobem medycznym klasy 1, a jej skuteczność w istotnej redukcji objawów bezsenności została wykazana w badaniu randomizowanym przeprowadzonym we współpracy z Uniwersytetem SWPS. Spółka Good Sleeper jako jedyna firma w Polsce udostępnia aplikację do CBT-I (ang. cognitive-behavioral therapy for insomnia: poznawczo behawioralna terapia bezsenności).

*„Terapia poznawczo-behawioralna bezsenności jest skuteczną metodą poprawy snu. Sprawdza się także u osób, u których problemy ze snem zaczęły się w związku ze stresem, innymi chorobami czy traumą. Mamy nadzieję, że dzięki naszej aplikacji, która zawiera program terapii na bezsenność, będziemy mogli wesprzeć osoby dotknięte wojną w Ukrainie. Pomóc im poprawić swój sen, a tym samym wzmocnić się psychicznie i fizycznie*” – zwraca uwagę dr. Małgorzata Fornal-Pawłowska.

Możliwe korzyści po 6 tygodniach korzystania z programu:

* szybsze zasypianie i brak wybudzeń w nocy;
* zdrowszy, bardziej wydajny sen;
* poznanie przyczyn swojej bezsenności oraz skutecznych sposobów na przeciwdziałanie im;
* umiejętność zidentyfikowania myśli i zniekształceń poznawczych, które wpływają negatywnie na sen i poznanie technik ich zmiany;
* monitoring parametrów snu i umiejętność oceny wydajności snu;
* znajomość technik poznawczo-behawioralnych skutecznych w leczeniu bezsenności, m.in.: metoda ograniczenia pór snu, technika kontroli bodźców, technika relaksacji, formułowanie alternatywnych myśli;
* profesjonalna wiedza na temat struktury snu, jego wpływu na codzienne funkcjonowanie, ale i wpływu codziennego funkcjonowania na sen;
* zdrowe nawyki prowadzące do regularnego zasypiania.

Adamed Pharma aktywnie pracuje na rzecz poszukiwania innowacyjnych rozwiązań w medycynie. Od 2015 roku w firmie działa zespół współpracujący ze środowiskiem młodych firm technologicznych – Adamed Technology. Działania te mają charakter holistyczny – dotyczą nie tylko finansowania, ale także wspomagania startupów przy stawianiu pierwszych kroków w tworzeniu nowych produktów, usług oraz rozwijaniu działalności komercyjnej.

*„Dostęp do wprowadzanych na rynek nowych technologii medycznych jest często bardzo ograniczony i to należy pilnie zmienić. Jako Adamed chcemy stać na czele tej zmiany. Tak, jak w tym wypadku – mam pewność, że udostępnienie cyfrowego narzędzia wpierającego walkę z bezsennością obywatelom Ukrainy pozwoli w mierzalnym stopniu odciążyć systemy opieki zdrowotnej – zarówno w kraju, gdy przyjmujemy tu naszych gości, jak i ukraiński, w sytuacji, kiedy obywatele tego państwa zdecydowali się na pozostanie w ojczyźnie”*– zwraca uwagę Marcin Szczeciński, Kierownik ds. Inwestycji Kapitałowych Adamed*.*

**Kody pozwalające na nieodpłatną aktywację aplikacji w wersji ukraińskiej do pobrania na stronie: www.goodsleeper.pl/ua**

**Kontakt Adamed Pharma:**

Martyna Strupczewska

Kierownik ds. Komunikacji Zewnętrznej i CSR

[martyna.strupczewska@adamed.com](mailto:martyna.strupczewska@adamed.com)

Agnieszka Rejer-Mellin

Starsza Specjalistka ds. Komunikacji Zewnętrznej

[agnieszka.rejer-mellin@adamed.com](mailto:agnieszka.rejer-mellin@adamed.com)

**O Adamed Pharma**

Jesteśmy rodzinną firmą farmaceutyczno-biotechnologiczną ze 100-procentowym udziałem kapitału polskiego, która powstała na bazie polskiej myśli naukowej i własnych patentów. Firma została założona w 1986 roku. Dziś zatrudniamy ponad 2400 współpracowników, posiadamy 2 zakłady produkcyjne w Polsce i jeden w Wietnamie. Naszymi filarami rozwoju jest ekspansja zagraniczna, inwestycje w zwiększanie produkcji leków w Polsce oraz w innowacje. Adamed Pharma prowadzi prace nad własnymi lekami innowacyjnymi. Własność intelektualna firmy jest chroniona ponad 200 patentami w większości krajów na świecie, a w swoim portfolio mamy ponad 500 produktów. Każdego roku produkujemy 2,5 miliarda tabletek sprzedawanych na 78 rynkach na świecie. Zapewniamy bezpieczeństwo lekowe milionom pacjentów w Polsce i wielu innych krajach. Przyczyniamy się do rozwoju nie tylko krajowego rynku farmaceutycznego, ale również – ze względu na skalę przedsiębiorstwa – całej polskiej gospodarki.