

EST-CE QU'UNE CONSULTATION SUR LE SOMMEIL VOUS SEMBLE UTILE ?

GUZMAN Claire, Castres, France

MULLENS Éric - Médecin du sommeil, Castres, France



Objectif

Analyser les réponses oui à cette question posée lors d'une enquête épidémiologique dans la population dans différents centres MSA du Tarn et de l'Aveyron.

Méthode

Un auto-questionnaire anonyme a été proposé à la population âgée de 30 à 69 ans, affiliée à la caisse MSA, à l'occasion d'une convocation pour bilan de santé du 18/02/2004 au 23/09/2007. Élaboré par le médecin du sommeil et 2 médecins du travail de la MSA : DELANOË M. et HARMANDON F. Il comprenait 31 questions et 45 variables. Les résultats ont fait l'objet d'une thèse de médecine générale en 2013, intitulée « Etude épidémiologique des troubles du sommeil dans le Tarn et l'Aveyron à propos de 2117 adultes : état des lieux et perspective ». Nous avons 917 F (43,3%). 1200 H (56,7%). Âge moyen 48,8 ans. Nous nous intéressons ici à la question citée dans le titre.

Résultats

21% (n=436) ont répondu oui à la question : 181F (9%), 255H (12%). Les résultats sont significatifs ($p < 0,001$) pour : endormissement > 30 min (6%), plus de 3 réveils nocturnes (6%), prise d'hypnotiques (4%), anxiété (11%), Epworth ≥ 11 (4%), actifs qui dorment moins de 7 heures/nuit (7%) ou plus de 9h (2%). ronfleurs toutes les nuits (4%).

Conclusion

1 personne sur 5, âgé de 30 à 69 ans, estime qu'une consultation de sommeil semble utile. A l'échelle des 2 départements (652000 hab.), ce sont 137000 personnes concernées pour un seul centre de sommeil dans le département du Tarn, qui ne fonctionne qu'à mi-temps pour les hospitalisations. Les motifs de consultation dominants sont : insomnie, anxiété, prise d'hypnotiques, dette de sommeil, somnolence, dépistage des apnées du sommeil. En ce qui concerne la prise en charge, une thèse de MG en préparation (PUECH C.) montre que 62% des MG de ces 2 départements ignorent l'existence des thérapies comportementales et cognitives de l'insomnie et une en 2011 (GRANDJEAN G.) indiquait que seulement 17% souhaiterait prendre en charge le SAHOS après la première année de traitement. Au total, les attentes des patients sont nombreuses et variées, mais leur prise en charge diagnostique et thérapeutique reste très insuffisante. Il serait intéressant d'évaluer cette question sur toutes les tranches d'âge de la population française.

Contact : eric.mullens@orange.fr