



BIOSERENITY

Centre de Paris Jean Jaurès



GROUPE SOS
santé

Les troubles du sommeil, un enjeu majeur de santé publique



Les français dorment **en moyenne 6h42** par nuit, durée inférieure au **7 heures minimum** recommandées pour un sommeil réparateur.



Les troubles du sommeil touchent environ **1/3 des français**.

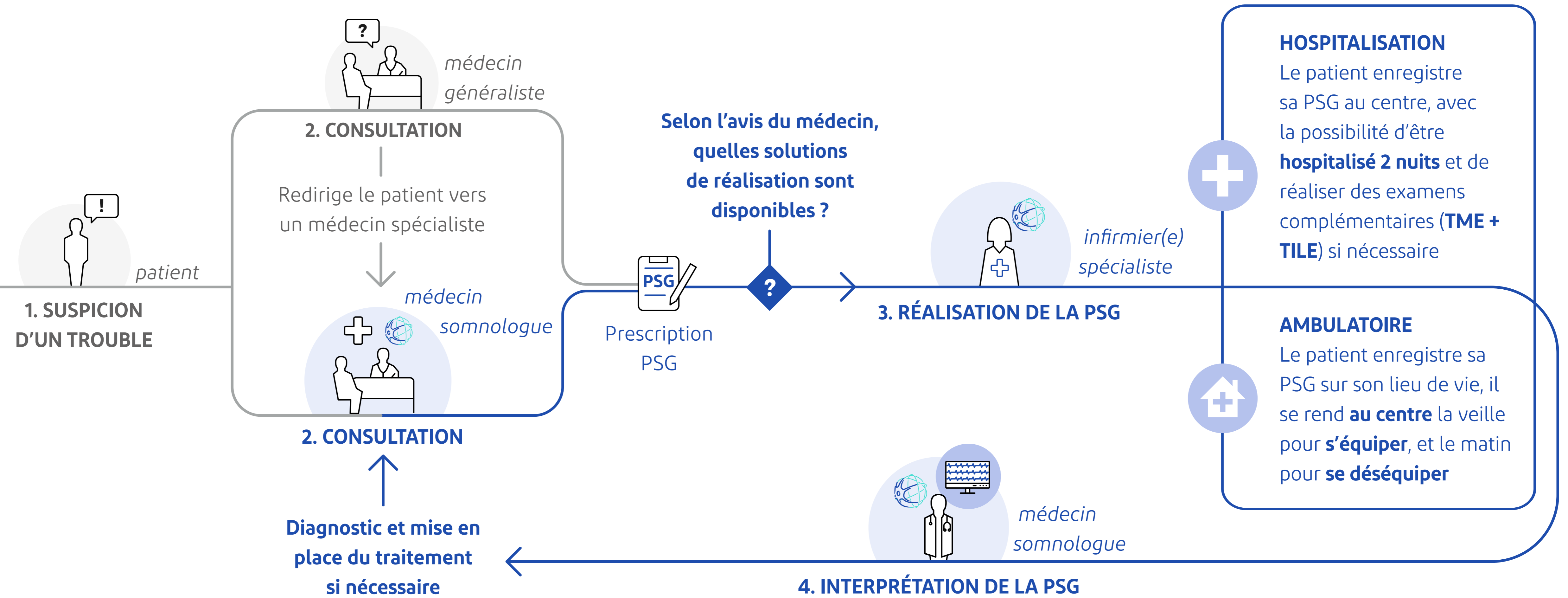


Les troubles et le manque de sommeil sont source **d'accidents** et **d'irritabilité** : hypertension, diabète, altération de la vision, obésité, diminution de l'attention, troubles de la mémoire, dépression.

15%

Seulement 15% des français présentant des troubles bénéficient d'une analyse du sommeil.

L'équipe BioSerenity du Centre de Paris Jean Jaurès propose une prise en charge complète des troubles du sommeil: de la suspicion d'un trouble, à son diagnostic, jusqu'à la mise en place du traitement



Les examens du sommeil réalisés et interprétés par BioSerenity

PSG

Polysomnographie

Examen d'analyse complet et approfondi du sommeil
Permet d'enregistrer plusieurs variables par l'intermédiaire de capteurs et d'électrodes placés sur le corps.

TILE

Tests Itératifs des Latences d'Endormissement

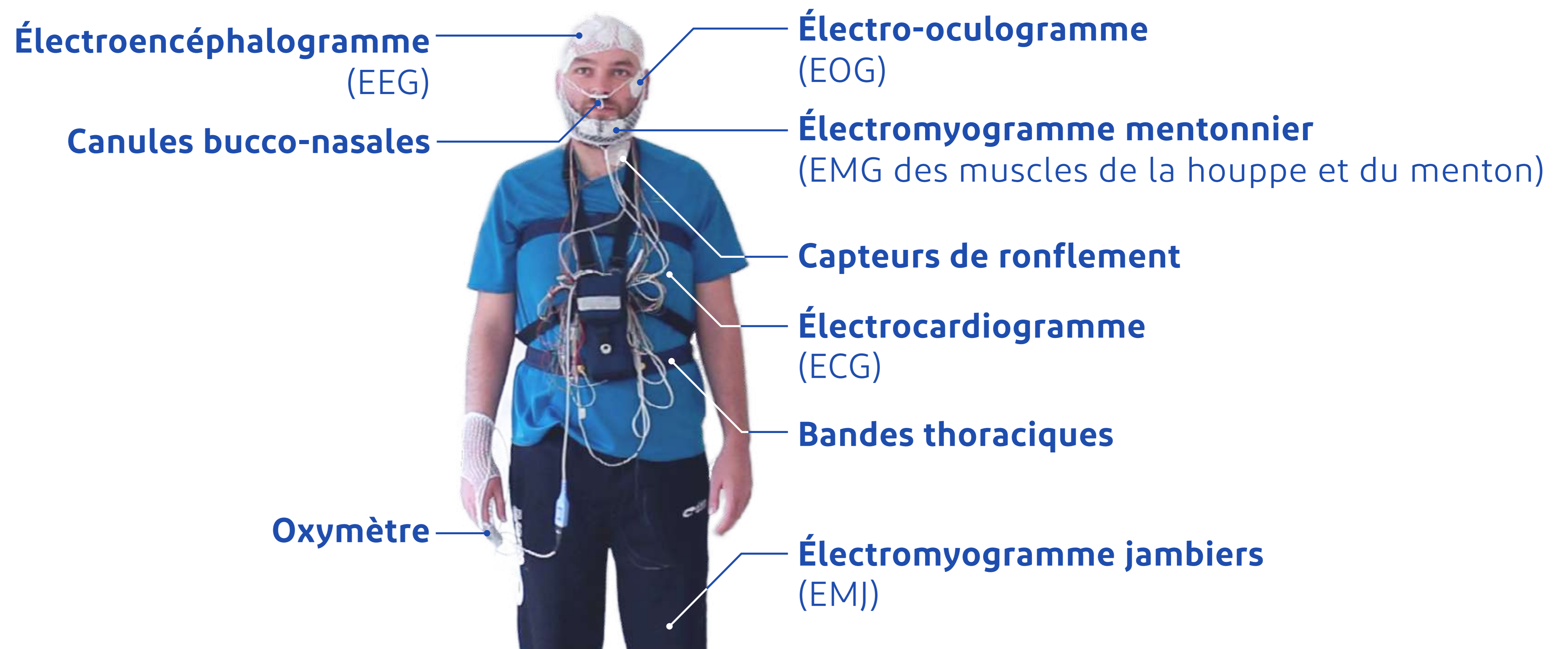
Essais répétés d'endormissement dans la journée
Examen complémentaire à la polysomnographie, qui permet de mesurer la résistance à l'endormissement du patient pendant la journée.

TME

Tests de Maintien d'Éveil

Capacité à se maintenir éveillé dans des conditions de laboratoire propices à l'endormissement
Examen complémentaire à la polysomnographie, qui permet de mesurer la somnolence du patient pendant la journée.

La polysomnographie à la loupe



Indications de la PSG

Grace à l'analyse des données enregistrées, la PSG peut être indiquée ou utilisée pour aider au diagnostic et au suivi des troubles suivants :

- Troubles respiratoires du sommeil
 - Syndrome d'apnées hypopnées obstructives du sommeil
 - Syndrome d'apnée centrale
 - Syndrome d'hypoventilation/hypoxémie
 - Syndrome d'hypoventilation alvéolaire centrale congénitale ou acquise
 - Troubles respiratoires du sommeil nécessitant une trachéotomie
- Insomnies
- Hypersomnies centrales
- Parasomnies
- Troubles du rythme circadien
- Troubles moteurs liés au sommeil
- Autres : syndrome de fatigue chronique, troubles dépressifs récurrents ou persistants de l'adulte, épilepsie liée au sommeil

Symptômes ou signes cliniques pouvant indiquer la nécessité d'une PSG



Nuit

- Ronflements
- Pausés respiratoires, respiration bruyante
- Sueurs nocturnes
- Respiration buccale
- Énurésies, nycturies
- Terreurs nocturnes
- Difficultés à l'endormissement



Jour

- Réveils multiples
- Céphalées matinales
- Somnolence diurne
- Hypertension artérielle
- Troubles du comportement : agressivité, hyperactivité, troubles de l'attention, troubles de la mémoire

Le Questionnaire d'Epworth

L'échelle de somnolence d'Epworth est un test qui permet d'évaluer le niveau de somnolence de votre patient pendant la journée.

Quelles sont les **probabilités** que vous somniez dans les situations suivantes ?

	<i>Aucune</i>	<i>Faible</i>	<i>Moyenne</i>	<i>Forte</i>
Pendant que vous êtes occupé à lire un document ?	0	1	2	3
Devant la télévision ou au cinéma ?	0	1	2	3
Assis inactif dans un lieu public ? (salle d'attente, théâtre, cours, etc.)	0	1	2	3
Passager depuis au moins une heure sans interruption d'une voiture ou d'un transport en commun ?	0	1	2	3
Allongé pour une sieste, lorsque les circonstances le permettent ?	0	1	2	3
En position assise au cours d'une conversation avec un proche ?	0	1	2	3
Tranquillement assis à table à la fin d'un repas sans alcool ?	0	1	2	3
Au volant d'une voiture immobilisée depuis quelques minutes ?	0	1	2	3

TOTAL: /24

- < 11 | Vous n'avez pas de somnolence anormale.
- > 11 | Vous présentez une somnolence excessive.

**Attention il est dangereux de conduire si l'on est somnolent.
Parlez-en à votre médecin.**

L'équipe BioSerenity du Centre de Paris Jean Jaurès

se tient à votre disposition et à celle des patients présentant des troubles du sommeil.

Retrouvez-nous !

Située au 2^e étage de l'hôpital Jean Jaurès,
notre équipe est disponible pour toute question.



BIO SERENITY

Centre de Paris Jean Jaurès

BioSerenity Centre de Paris Jean Jaurès

Hôpital Jean Jaurès

9-21 sente des dorées

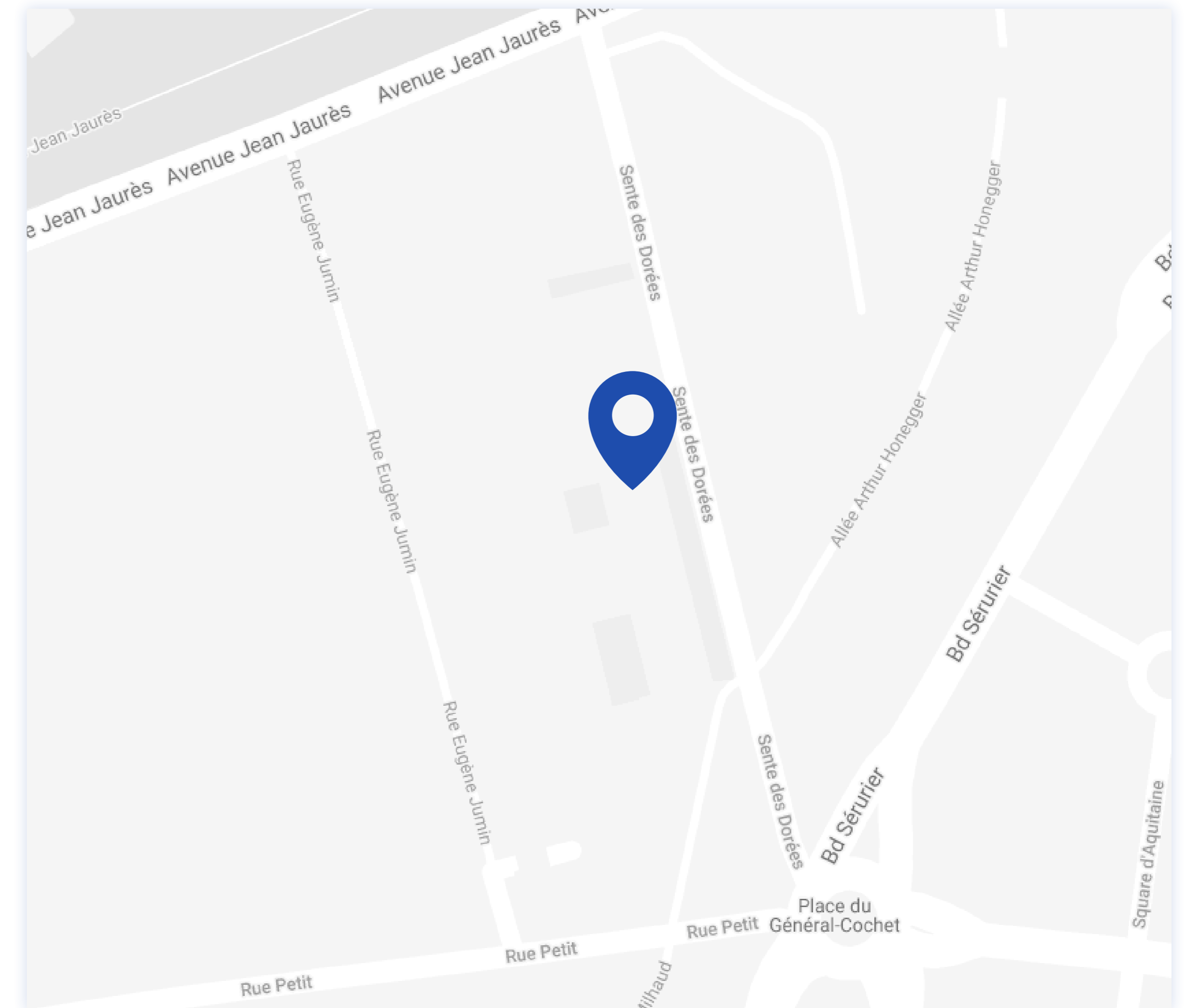
75019 Paris

Tél. +33 (0) 1 44 84 53 24

Email paris@bioserenity.com

www.centres.bioserenity.com

Prise de rendez-vous sur **Doctolib.fr**



BIO SERENITY

BioSerenity,

ICM - iPEPS

47 boulevard de l'Hôpital,

75013 Paris, FRANCE

www.bioserenity.com