

FICHE RÉSUMÉ : WEB-CONFÉRENCE MUTUELLE MUTAERO

APNÉE DU SOMMEIL ET TOLÉRANCE DE L'APPAREILLAGE

Animée par Dr Raspaud, pneumologue, et
Mme Briand, sophrologue



Jeudi
20 novembre 2025

Informations :
Programme
prévention de la
mutuelle Mutaero



DÉFINITION

SYNDROME D'APNÉE- HYPOPNÉE DU SOMMEIL OU SAHS

Troubles respiratoires se manifestant par des arrêts répétés de la respiration ou des périodes de faibles mouvements respiratoires entraînant une désaturation. Trois types : obstructif (morphologique), central (système nerveux central ou médicaments) ou hypopnées (muscles inspiratoires en cause)

Classification selon l'Indice d'Apnée Hypopnée ou IAH:

- IAH 0 - 4 : normal
- IAH 5 - 14 : léger
- IAH 15 - 30 : modéré
- IAH >30 : sévère



QUI TESTER ?

- Certaines maladies : Fibromyalgie, SED, insuffisance cardiaque et/ou respiratoire, diabète, maladies neuro-dégénératives, bronchite chronique, asthme, obésité, maladies rhumatismales,...
- Symptômes présentés : pauses respiratoires nocturnes, sommeil non réparateur, maux de tête le matin, irritabilité, troubles cognitifs, somnolence diurne, trouble de la libido, ...

L'interrogatoire est essentiel pour identifier le faisceau d'arguments qui indiquera la nécessité de proposer un examen du sommeil.

FICHE RÉSUMÉ : WEB-CONFÉRENCE MUTUELLE MUTAERO

APNÉE DU SOMMEIL ET TOLÉRANCE DE L'APPAREILLAGE

Animée par Dr Raspaud, pneumologue, et
Mme Briand, sophrologue



Jeudi

20 novembre 2025

Informations :
Programme
prévention de la
mutuelle Mutaero



DIAGNOSTIC

Polygraphie ventilatoire : en ambulatoire.

- Sangles abdominales et pelviennes pour les mouvements respiratoires,
- mesure des décibels et des vibrations du thorax pour le passage de l'air dans la trachée,
- lunettes nasales pour le flux d'air passant par le nez,
- saturomètre pour le taux d'oxygène et la fréquence cardiaque

Polysomnographie : hospitalisation durant une nuit

- polygraphie ventilatoire
- capteurs cérébraux pour les phases du sommeil
- capteurs joues, muscles oculaires, bras et jambes pour les mouvements nocturnes

Polygraphie en première intention sauf chez le public jeune ou dans le cas de certaines pathologies.



POURQUOI DIAGNOSTIQUER ?

Certaines maladies sont couramment associées au SAHS :
hypertension artérielle, maladies cardio-vasculaires, diabète, obésité,
AVC, dépression, glaucome,... Et le SAHS peut venir aggraver ces
pathologies.

APNÉE DU SOMMEIL ET TOLÉRANCE DE L'APPAREILLAGE

Animée par Dr Raspaud, pneumologue, et
Mme Briand, sophrologue



Jeudi
20 novembre 2025

Informations :
Programme
prévention de la
mutuelle Mutaero



TRAITEMENTS

Les traitements sont soumis à entente préalable avec la Sécurité Sociale suivant l'index d'IAH.

Orthèse d'avancée mandibulaire => n'est généralement pas proposée en première intention. Nécessité d'un bon capital dentaire et des Articulations Temporo-Mandibulaires. Nécessité d'un dentiste spécialisé qui saura réaliser le réglage de manière progressive et adaptée.

Machines de ventilation => C'est le pneumologue qui définit les réglages de la pression inspiratoire et de la pression expiratoire. Il est possible de commencer par des réglages de pressions basses au début pour faciliter une meilleure habitude. L'ajout d'un humidificateur peut améliorer la tolérance.

Chirurgie maxillo-faciale => en cas d'échec de toute autre technique en présence d'une particularité anatomique mandibulaire.

Pace-maker avec stimulation linguale => technique récente et dispositif définitif. L'électrostimulation de la langue peut provoquer des micro-réveils.

Prise en charge globale => accompagnement psycho-nutritionnel, kinésithérapie linguale, activité physique, bilan ORL (obstruction nasale)



SOPHROLOGIE

Objectifs :

- réguler le stress physiologique
- meilleure tolérance de la ventilation
- comprendre et améliorer le sommeil
- travail de respiration (mieux utiliser ses muscles respiratoires de manière consciente)