



Promotion santé Valais  
Gesundheitsförderung Wallis



LIGUE PULMONAIRE VALAISANNE  
LUNGENLIGA WALLIS



# Apnées du sommeil: Conséquences sur la santé personnelle et pour l'entreprise



Journée Performance et santé en entreprise

5 mai 2017

Barbara Bonvin - Delphine Maret Brülhart

## apnoe = arrêt de la respiration

On appelle donc apnée du sommeil les brefs mais fréquents arrêts respiratoires qui se déroulent pendant le sommeil



36.9°, 04.03.2015, 20h10

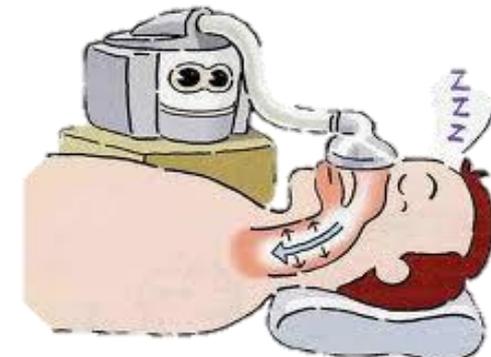
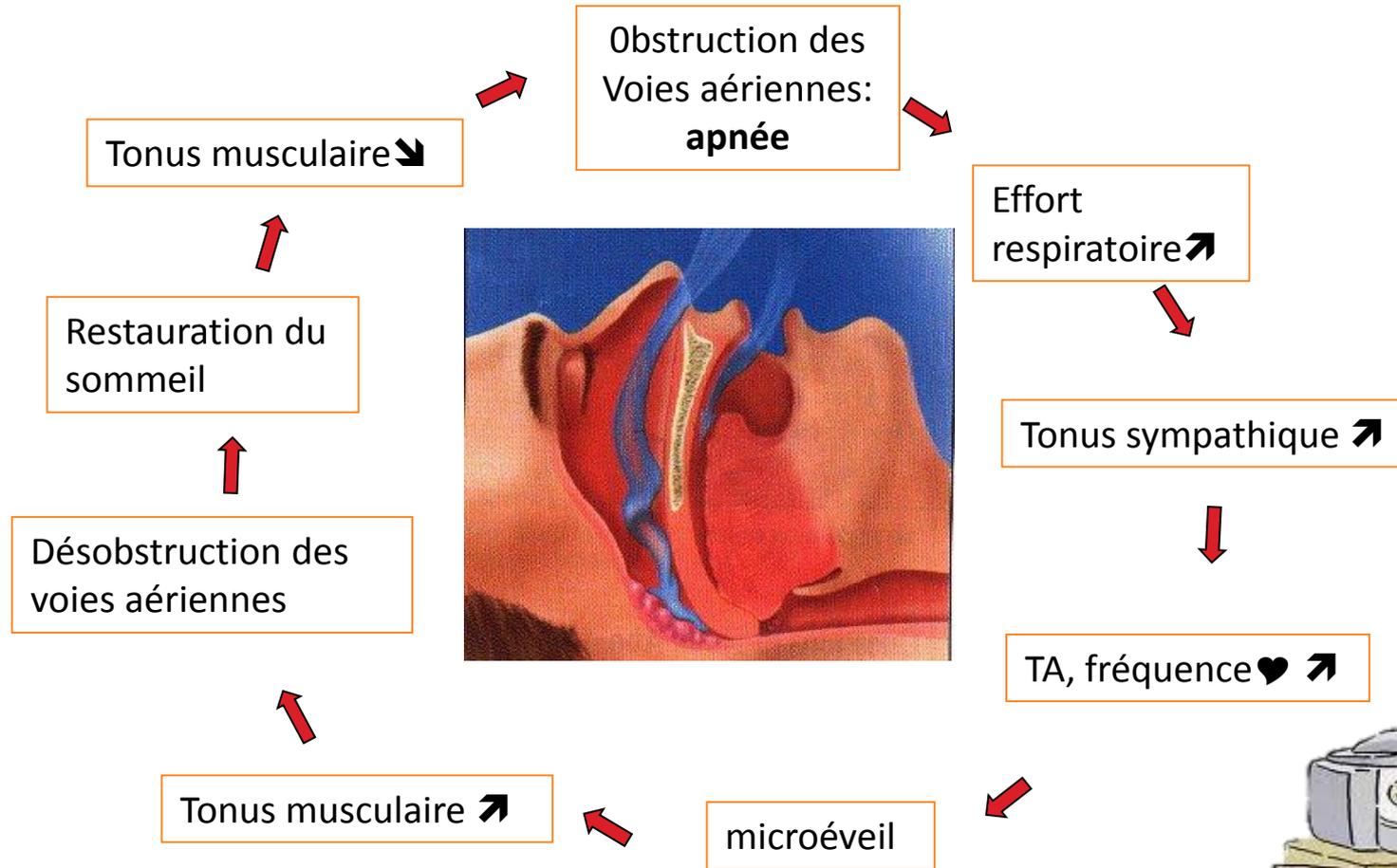
# Hyper somnolence



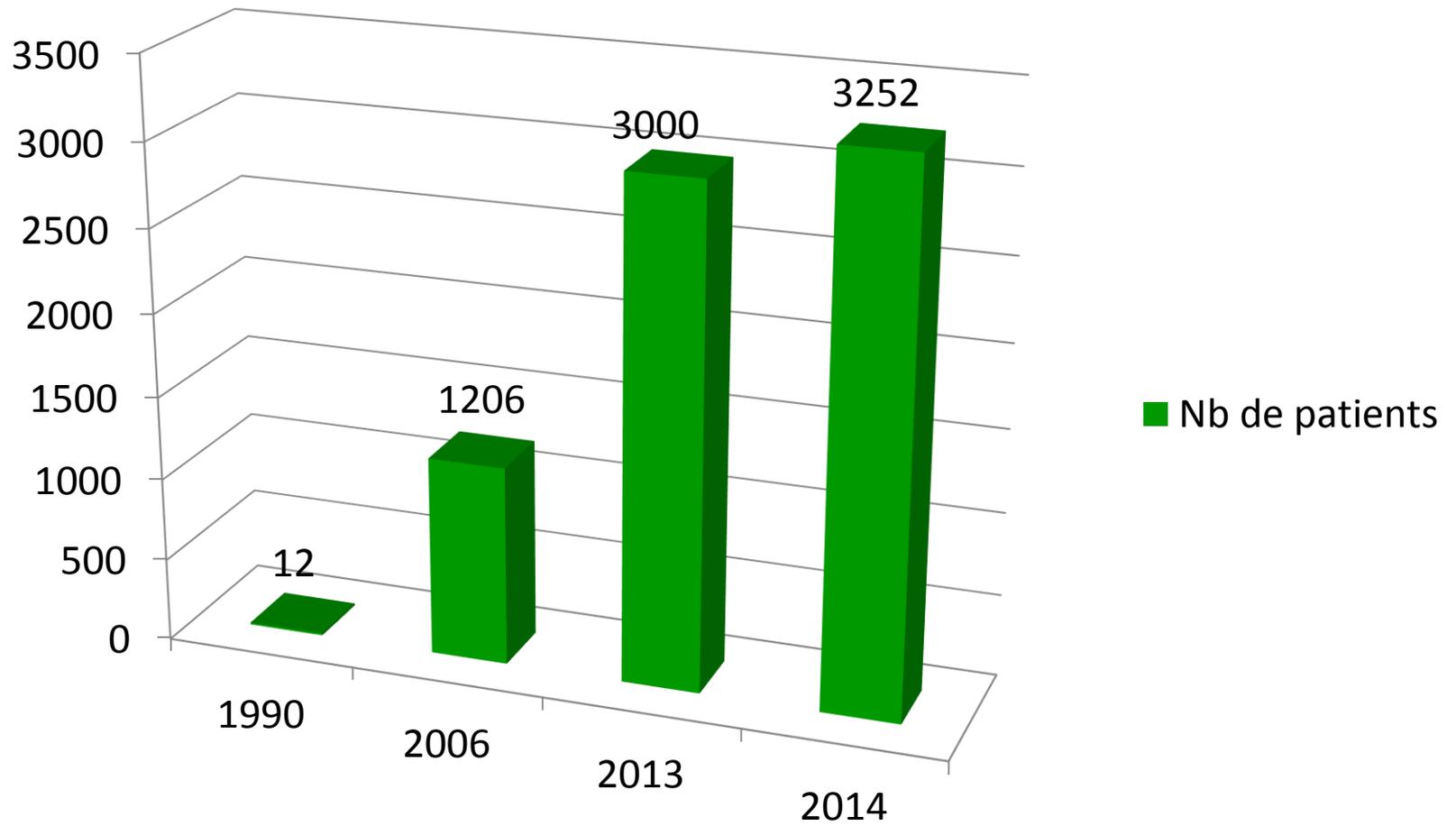
- ▶ Tendence anormalement élevée à s'endormir à un moment où l'individu devrait être réveillé et alerte
- ▶ Prévalence estimée: 5% de la population
- ▶ NB: hyper somnolence différente de fatigue



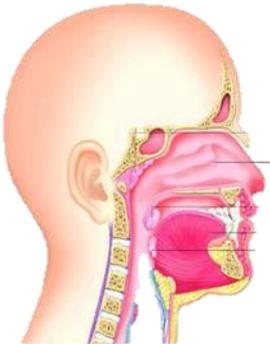
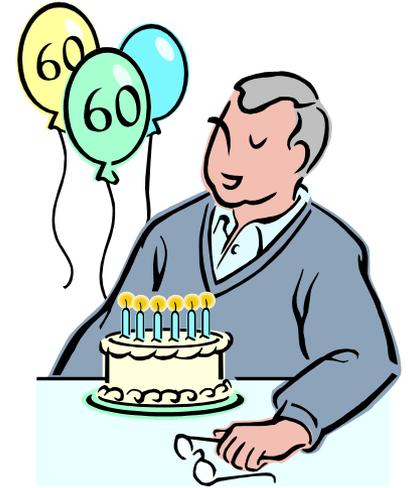
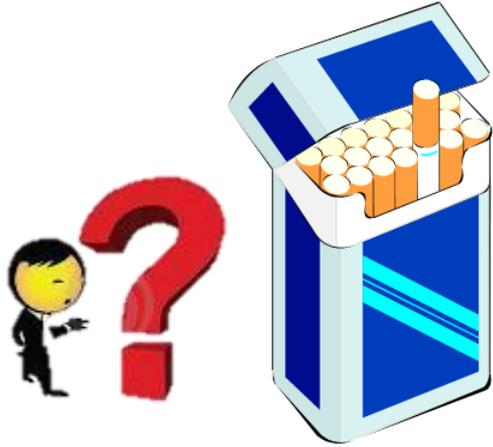
## Ventilation en pression positive continue



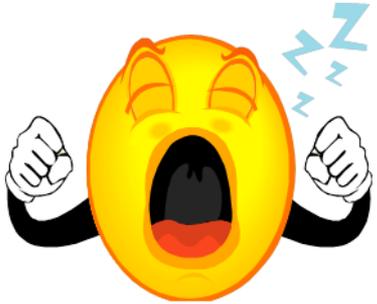
# Statistiques



# Facteurs favorisants



# Symptômes



## Sur la santé et la qualité de vie

- ▶ Sommeil non réparateur
- ▶ Hypertension
- ▶ Infarctus
- ▶ Insuffisance cardiaque
- ▶ Vie sociale perturbée
- ▶ Intimité et sexualité dans le couple
- ▶ Risque d'accidents

**ACCIDENTS**

## Au travail

- ▶ Manque de concentration, mise en danger des collègues et de la population
- ▶ Risque d'accidents accrus pour toutes les personnes travaillant avec des machines ou des moyens de transport
- ▶ Perte du travail

# Conséquences: accidents



- ▶ Conséquences graves des accidents dus au micro-sommeil
- ▶ Personne avec des apnées du sommeil non-traitées → Risque 6-7x plus élevé d'avoir un accident routier
- ▶ Responsable de 10% des accidents mortels
- ▶ Dans 50% des accidents dus aux apnées: mort du conducteur
- ▶ Conducteur réveillé depuis plus de 21H = 0,8 gr alcool

ET

- ▶ Absentéisme
- ▶ Image de l'entreprise

**Accidents généralement plus graves et très souvent mortels, car précédés d'aucun freinage.**



## Loi fédérale sur la circulation routière du 19 décembre 1958 (LCR) RS 741.01

- Conducteur maître de son véhicule
- Si pas les capacités physiques et psychiques nécessaires pour conduire = incapacité de conduire
- Exemple: maladie, somnolence, consommation d'alcool

## Ordonnance réglant l'admission à la circulation routière (OAC) RS 741.51 Exigences médicales minimales (dès 1er juillet 2016)

- Maladie des organes respiratoires et abdominaux: Pas de maladies entraînant une **somnolence diurne accrue**



# Prévention et prise en charge au travail



Promotion santé Valais  
Gesundheitsförderung Wallis

LIGUE PULMONAIRE VALAISANNE  
LUNGENLIGA WALLIS

- ▶ Dépistage dans le cadre de l'activité professionnelle: examens par la **médecine du travail** (prévention des accidents de travail) ou entretiens avec la LP
- ▶ **Savoir reconnaître les symptômes** chez les collaborateurs/collègues
- ▶ **Ôter les craintes des chauffeurs** professionnels: oser en parler et se faire traiter
- ▶ **Aménagement** du cahier des charges jusqu'à ce que le collaborateur bénéficie de son traitement
- ▶ Proposition de **tests sur le lieu de travail**



## Appareillage des patients diagnostiqués

- ▶ Le traitement classique du syndrome d'apnées du sommeil est un appareillage par CPAP
- ▶ Instructions sur l'utilisation de l'appareil
- ▶ Choix et adaptation du masque





# Présentation des appareils

## Tests de risque

**Merci pour votre attention**

