



**Unité d'exploration
des rythmes veille-sommeil**
du Centre Hospitalier de Rouffach





Le sommeil, un partenaire santé indispensable

Le sommeil joue un rôle réparateur essentiel pour le système nerveux central. De plus, il est impliqué dans la régulation de la plupart des grandes fonctions physiologiques du corps humain. Un bon sommeil concilie les besoins homéostatiques de l'organisme (la récupération physique et psychique) aux contraintes sociétales (les obligations professionnelles et/ou familiales) et environnementales (la photopériode ou alternance lumière/obscurité).

- **Sommeil, mémoire et apprentissage** : le sommeil intervient activement dans les processus de mémorisation et la formation de nos souvenirs. Toutes les informations qui ont imprégné notre cerveau pendant la journée et principalement les plus inhabituelles, comme un apprentissage, une nouvelle expérience ou un moment d'émotion, sont retraitées et réorganisées lors du sommeil pour constituer les différentes formes de mémoire à long terme. De ce fait, le sommeil joue un rôle important dans les processus de maturation cérébrale et les troubles du sommeil peuvent interférer avec le développement psychomoteur et psychoaffectif de l'enfant.
- **Sommeil et maladies métaboliques et cardiovasculaires** : un mauvais sommeil impacte non seulement le fonctionnement du système nerveux mais influence aussi le métabolisme et les fonctions cardiovasculaires. Il n'est donc pas étonnant qu'une perturbation chronique du sommeil joue un rôle dans l'émergence ou l'aggravation de certaines maladies comme l'obésité, le syndrome métabolique, le diabète sucré, l'hypertension artérielle, la maladie athéromateuse en général et les accidents vasculaires cérébraux en particulier.
- **Sommeil et maladies neurologiques et psychiatriques** : les relations entre sommeil et maladies neurologiques et psychiatriques sont multidirectionnelles. Somnolence diurne, troubles de l'attention, troubles cognitifs, irritabilité, dysphorie font partie des symptômes liés au manque de sommeil ou à une mauvaise qualité de sommeil. Certains troubles du sommeil peuvent annoncer une maladie (comme le trouble du comportement en sommeil paradoxal pour la maladie de Parkinson) ou à l'inverse, se déclarer pendant et persister après la rémission de la maladie (comme l'insomnie dans la dépression). Les traitements agissant sur le système nerveux central peuvent également perturber le sommeil. De plus, chez certains malades chroniques, une carence d'exposition, ou une exposition inadéquate aux synchroniseurs sociaux et photiques (lumière) est source supplémentaire de perturbation du sommeil.



L'unité d'exploration des rythmes veille-sommeil du Centre hospitalier de Rouffach



L'unité prend en charge tout type de problème de sommeil et comporte une chambre mère-enfant adaptée aux enregistrements de sommeil à partir de 3 ans.

Chacune des 8 chambres d'enregistrement possède l'équipement nécessaire pour diagnostiquer et traiter l'ensemble des pathologies du sommeil des plus courantes (apnées du sommeil, insomnie) au moins

fréquentes (narcolepsie, trouble des rythmes veille-sommeil, parasomnies).

Pour ce faire, l'unité s'appuie sur une équipe médicale pluridisciplinaire comportant 3 praticiens hospitaliers (neurologue, pneumologue et psychiatre) spécialisés en médecine du sommeil (D.I.U. Veille-Sommeil) et sur une équipe paramédicale comportant 16 infirmier(e)s totalement formés aux techniques d'acquisition et de lecture du sommeil.

Le Centre hospitalier de Rouffach a conclu une convention avec l'Hôpital Emile Muller de Mulhouse et l'Hôpital Pasteur de Colmar pour les prises en charge des troubles du sommeil non liés à la respiration et pour les patients présentant des syndromes d'apnées complexes. Une autre convention lie l'unité au service du Pr. Bourgin (CHU de Strasbourg) pour les prises en charge des hypersomnies centrales.

Les spécificités de l'unité :

- Création en 1990, agrément SFRMS depuis 2003
- Le temps médical et paramédical de l'équipe est totalement consacré à la médecine du sommeil
- Les lectures et les surveillances des tracés sont entièrement réalisées par l'équipe et ne dépendent pas d'un système informatique automatisé
- Réalisation de tests standardisés pour l'évaluation du niveau de vigilance diurne (p.ex. le test de maintien de l'éveil pour déterminer l'aptitude à la conduite, cf. arrêté du 21 décembre 2005)
- Mise en place d'appareil de pression positive par titration manuelle en cours de nuit selon les protocoles définis par l'AASM
- Contrôle par polysomnographie simultanée du fonctionnement des appareils de pression positive autopilotée
- Prise en charge de l'insomnie par une approche non-médicamenteuse (thérapie cognitivo-comportementale)
- Vidéométrie infrarouge numérique synchronisée à l'EEG pour l'exploration des parasomnies et épilepsie du sommeil
- Prise en charge des troubles du rythme veille-sommeil par des techniques de resynchronisation (chronothérapie, luminothérapie, mélatonine)



Comment nous adresser un patient :

Contacter le secrétariat de l'unité au **03 89 78 71 43** pour obtenir un rendez-vous en consultation à Colmar à l'hôpital Pasteur, à Rouffach au Centre hospitalier ou au CMP de Mulhouse. Cette consultation permet d'orienter la prise en charge du trouble du sommeil et de déterminer si des enregistrements sont indiqués.

Une exploration à l'unité peut être programmée sans consultation préalable dans les cas d'urgence ou lorsque la polysomnographie complète d'autres explorations de sommeil déjà réalisées, comme une polygraphie ventilatoire à domicile ; dans ces cas, il faut contacter directement l'équipe médicale et/ou nous adresser par fax au **03 89 78 74 30** le motif de la demande et les résultats des examens de sommeil éventuellement déjà réalisés.

Les lieux de consultation :

Rouffach

Pavillon 4

27 rue du 4ème RSM - 68250 Rouffach

Hôpitaux civils de Colmar

Service d'ORL

39 avenue de la Liberté

68024 Colmar

Mulhouse

CMP

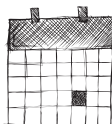
2, rue de la Sinne

68100 Mulhouse



A noter :

Une copie de la «lettre de sortie» du patient que vous nous avez adressé vous sera envoyé ainsi que le rapport détaillé d'hospitalisation.



Si vous avez besoin d'informations :

Pavillon 10/2

Tél secrétariat : **03 89 78 71 43**