



COLLECTION  
SANTÉ  
PRATIQUE

Docteur Claude Thony

# Guide médical pratique à l'usage des patients souffrant d'apnées du sommeil

## Tome 2


Les traitements du SAS et leur surveillance




Editions

**Chemins de tr@verse**

sur   
**Bouquineo.fr**


 Claude Thony

Guide médical pratique à l'usage des patients  
souffrant d'apnées du sommeil

 Tome 2

Les traitements du SAS et leur surveillance

Ce guide médical, écrit par un médecin lui-même atteint de SAS, expose de façon exhaustive et claire les différents traitements de cette affection, et prodigue des conseils pratiques pour mieux les supporter.

 Ouvrage dirigé par  
Marie-Christine VITOUX

[www.bouquineo.fr](http://www.bouquineo.fr)

# Préface de l'éditeur

L'auteur de cet ouvrage est doublement légitime en raison de sa parfaite connaissance du syndrome d'apnées du sommeil, à la fois comme patient et comme médecin.

Les nombreuses années d'une observance sans faille du traitement de sa maladie lui ont permis de collecter, avec persévérance, tout ce que doit savoir un sujet souffrant de cette maladie. Toutes les contraintes rencontrées, qu'elles soient administratives, techniques ou simplement pratiques, ont permis de dresser un catalogue très complet de la prise en charge quotidienne. Les différents traitements sont expliqués avec un langage simple et tous les aspects quotidiens de leur suivi sont développés jusque dans les moindres détails, ce qui rend cet ouvrage indispensable pour mieux comprendre cette maladie, mieux la traiter et bénéficier au maximum de l'apport des différents traitements maintenant disponibles.

Cet ouvrage fait suite au premier recueil qui traitait de la démarche diagnostique ; cette deuxième partie est consacrée à la mise en route du traitement et au suivi de la maladie.

Marie-Christine Vitoux

## L' auteur

Né en 1925, Claude Thony a exercé en Haute Savoie la médecine de montagne, la pédiatrie puis la médecine préventive, spécialité qui l'a amené à créer un centre de formation professionnelle pour handicapés et à contribuer à la réorganisation de la médecine du travail en France, puis en Tunisie au cours des premières années de sa retraite. Il a également accompli des missions médicales dans plusieurs pays d'Afrique avant de fonder en 1989, avec son épouse et un neveu, un programme de développement concernant 28 villages dans le nord du Bénin.

Editions  
Chemins de tr@verse

sur



Toute diffusion de son contenu, sans l'autorisation expresse de l'éditeur, sous quelque format que ce soit, viole les lois relatives au droit d'auteur et expose le contrevenant à des poursuites judiciaires.

© Éditions Chemins de tr@verse, Paris, 2013

Isbn Pdf : 978-2-313-00431-9

Isbn Epub : 978-2-313-

Dépôt légal : mars 2013

Édition de mars 2013 (première édition)

Éditions Chemins de tr@verse – 2, rue Pierre Sémard – 75009 PARIS

Photo de couverture : © BVDC - Fotolia.com

**CLAUDE THONY**

**GUIDE MÉDICAL PRATIQUE  
À L'USAGE DES PATIENTS  
SOUFFRANT D'APNÉES DU SOMMEIL**

**Tome II  
Les traitements du SAS  
et leur surveillance**

ÉDITIONS CHEMINS DE TRAVERSE

**Pour ceux qui ronflent et gênent leur entourage,  
pour ceux qui s'endorment au volant,  
au travail, devant la télévision...**

# Table des matières

<b>Avant-propos</b>	<b>7</b>
<b>Le parcours du patient apnéique</b>	<b>9</b>
<b>Stratégie thérapeutique</b>	<b>14</b>
<b>Le traitement du SAS par PPC (pression positive continue)</b>	<b>21</b>
<b>Conseils pratiques pour l'installation de l'appareillage</b>	<b>32</b>
<b>Entretien de l'appareillage PPC</b>	<b>38</b>
<b>Les adjuvants du traitement</b>	<b>40</b>
<b>Comment remédier aux petits ennuis de la PPC?</b>	<b>46</b>
<b>Conseils en cas de voyage</b>	<b>50</b>
<b>Les démarches administratives</b>	<b>52</b>
<b>Incidence financière du SAS</b>	<b>56</b>
<b>Conclusion</b>	<b>58</b>
<b>Annexes</b>	
<b>Bibliographie</b>	<b>59</b>
<b>Liste des laboratoires du sommeil</b>	<b>64</b>
<b>Liste des associations</b>	<b>74</b>
<b>Liste des fabricants d'appareillage</b>	<b>76</b>
<b>Présentation des appareils Respironics</b>	<b>78</b>
<b>Présentation des appareils Resmed</b>	<b>80</b>
<b>Présentation des appareils Fisher et Paykel</b>	<b>82</b>
<b>Questionnaires</b>	<b>84</b>
<b>Remerciements</b>	<b>89</b>
<b>Abréviations</b>	<b>91</b>
<b>Lexique</b>	<b>92</b>
<b>Sommaire du tome 1</b>	<b>94</b>

# Avant-propos

Les troubles du sommeil sont en constante augmentation du fait principalement de l'évolution du mode de vie, et particulièrement en France, pays dans lequel on trouve le plus grand nombre de patients consommant régulièrement des somnifères.

Parmi les troubles du sommeil, le syndrome des apnées du sommeil (SAS) occupe une place de plus en plus importante. Les troubles nocturnes (ronflement) et diurnes (sommolence) sont connus depuis l'Antiquité, et plus récemment Charles Dickens en a fait une excellente description, que les médecins reprendront plus tard sous le nom de « Syndrome de Pickwick ». Les ronfleurs et les gens qui s'endormaient au travail faisaient l'objet de sarcasmes et de plaisanteries, mais ce n'est qu'à partir de 1976 que l'on a individualisé cette maladie particulièrement fréquente, dont la gravité se manifeste par son retentissement important sur la santé et par ses conséquences sociales et économiques.

L'ouvrage que nous vous présentons est un guide essentiellement pratique dont l'objectif est double :

- Attirer l'attention de la population sur la nécessité de faire examiner et soigner à temps les personnes présentant des ronflements et/ou une somnolence diurne – ces éléments sont exposés dans le premier tome de ce guide médical pratique.
- Apporter aux personnes dépistées, ou actuellement en cours de traitement, des conseils pratiques pour le suivi de leur traitement, conseils exposés dans le deuxième tome.



Ce manuel pratique donne des informations schématiques, faciles à consulter, dans un langage où sont exclus, ou expliqués, les termes médicaux parfois rébarbatifs ou peu compréhensibles. De plus, le fait que l'auteur soit à la fois médecin et lui-même atteint d'un SAS donne toute sa valeur à l'ensemble des informations rapportées.

Gageons que les patients atteints de cette maladie en apparence bénigne, mais qui peut avoir de graves conséquences si elle est traitée insuffisamment ou tardivement, trouveront dans ce manuel les informations et les conseils leur permettant de se soigner efficacement et de guérir rapidement.

S.A.S.....

S.O.S.....

S.A.S.....

S.O.S

# Le parcours du patient apnéique

## La consultation initiale

Le patient apnéique n'a pas toujours conscience de ses troubles nocturnes, et particulièrement du ronflement et des arrêts respiratoires. Ce qui l'inquiète, ce sont les manifestations de sa maladie pendant la journée, et surtout la fatigue matinale et la tendance à somnoler, raisons pour lesquelles il peut être amené à consulter son médecin traitant.

Les autres troubles, selon leur localisation, auront pu l'inciter à consulter un urologue, un cardiologue, un neuro-psychiatre, un pneumologue, ou encore un médecin nutritionniste.

C'est parfois l'entourage du malade qui va mettre le médecin sur la piste du SAS et particulièrement le conjoint, gêné par les ronflements qui l'empêchent de dormir, ou inquiet par les arrêts respiratoires au cours de la nuit.

Le plus souvent, c'est le médecin de famille ou le pneumologue qui suspectera le SAS sur les données de l'interrogatoire et orientera son examen en conséquence.

## L'interrogatoire du patient et du conjoint

Il est orienté vers la recherche des symptômes nocturnes et des facteurs favorisants. Il doit être complété par un questionnaire. Les questionnaires portant sur le SAS sont nombreux, nous ne mentionnerons que les plus utilisés.

A. Les questionnaires de diagnostic sont utilisés pour vérifier l'existence d'un SAS ou pour déterminer son importance.

Parmi ceux-ci, les plus couramment utilisés sont :

- L'échelle de somnolence d'Epworth, (décrit en annexe).
- Le questionnaire du collectif de médecine du travail, (décrit en annexe).