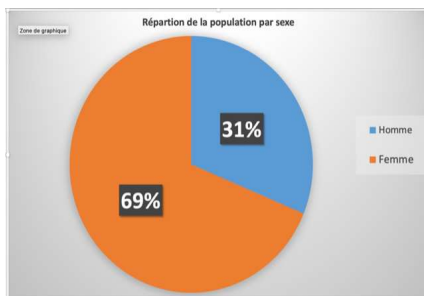


Objectif : Evaluer l'impact de la rééducation pluridisciplinaire du sommeil sur les symptômes d'insomnie, d'anxio-dépression, de fatigue et de somnolence de patients souffrant de COMISA

Méthode : groupe, 4 personnes/12 demi journées (4 semaines) en hôpital de jour / diagnostic de COMISA

- Programme éducatif de groupe (bilan éducatif partagé)
- Ateliers ; thérapie d'activation de conscience (TAC), méditation, sophrologie, luminothérapie, activités physiques...
- Suivis psychologiques individualisés
- Mise en place du traitement du SAHOS effectué (1 à 3 mois avant le programme)
- Les questionnaires d'évaluation du programme sont effectués le jour de l'inclusion et le jour de fin de programme (ne sont pas analysés pour cette étude les agendas de sommeil , podomètres et actimètres)

Résultats



Frequency Distribution for Sexe

	Count	Percent
F	22	69
H	10	31
Total	32	100

Descriptive Statistics

	Age
Mean	63
Std. Dev.	10
Count	32
Minimum	41
Maximum	86
# Missing	0

Descriptive Statistics

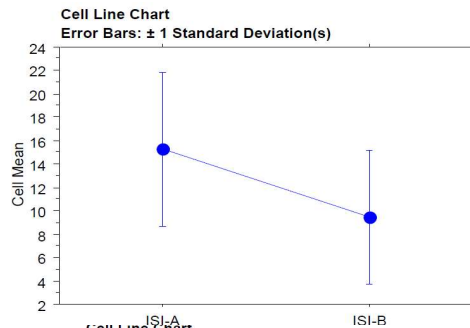
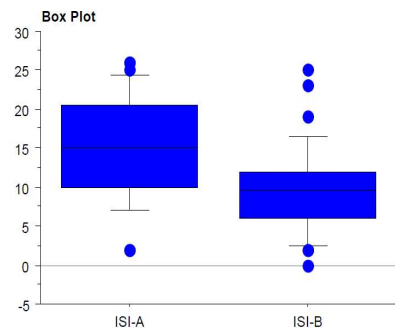
	RDI
Mean	43
Std. Dev.	27
Count	32
Minimum	7
Maximum	115
# Missing	0

IME-R

	IME-R
Mean	18
Std. Dev.	13
Count	32
Minimum	2
Maximum	47
# Missing	0

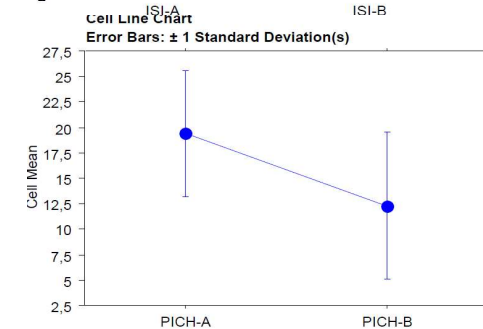
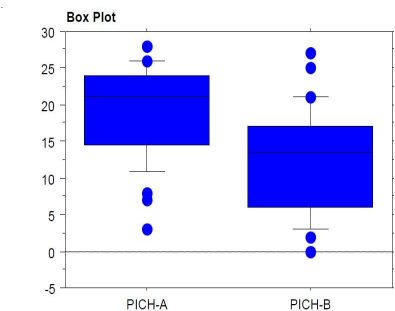
score Horne et Osberg 57 +/- 7 (41-75)

23 patients avec PPC, 6 avec OAM, 3 ne sont pas appareillés



score ISI (p<0.0001)

15 +/-7 (entrée A) à 9 +/-6 (sortie B)



score de fatigue de Pichot (p<0.0001)

19 +/-6 (entrée A) à 12 +/-7 (sortie B)

Améliorations significatives

- HAD anxiété 10 +/- 5 à 7 +/- 4 (p = 0.003)
- HAD dépression 8 +/- 4 à 4 +/- 4 (p<0.0001)
- Epworth 8 +/- 4 à 6 +/- 4 (p = 0.03)

Conclusion : En complément de la prise en charge « classique » du SAHOS (PPC, OAM) : une réhabilitation du sommeil par l'éducation thérapeutique et la participation active à des ateliers accompagne les patients COMISA, améliorant significativement les symptômes d'insomnie, d'anxio-dépression, de fatigue et de somnolence, favorisant probablement l'acceptation, la compliance au traitement ventilatoire de cette population