

# Troubles du rythme veille-sommeil

## (janvier 2017)

---

### Explication

Les troubles du rythme veille-sommeil constituent un motif de consultation fréquent en médecine générale et spécialisée. Qu'ils soient épisodiques ou chroniques, ces troubles entraînent inévitablement un manque de sommeil ou un sommeil de qualité insuffisante ainsi qu'une perturbation de la capacité de fonctionner le jour.

### Étiologie

(liste non exhaustive)

- Facteurs externes contribuant à la perturbation du sommeil (p. ex. environnement peu propice au sommeil)
- Troubles intrinsèques du sommeil (p. ex. troubles liés au rythme circadien, insomnie, troubles respiratoires du sommeil)
- Facteurs de comorbidité (p. ex. troubles psychiatriques, troubles neurologiques, abus de substances, dyspnée)

### Objectifs principaux

Dans le cas d'un patient présentant un trouble du rythme veille-sommeil, le candidat devra en diagnostiquer la cause, la gravité et les complications, et mettre en place un plan de prise en charge approprié.

### Objectifs spécifiques

Dans le cas d'un patient présentant un trouble du rythme veille-sommeil, le candidat devra

- réaliser un examen approfondi des antécédents relatifs au sommeil, y compris les antécédents fournis par les proches et les données consignées dans un journal des habitudes de sommeil, au besoin;

- effectuer un examen clinique, s'il y a lieu;
- déterminer si le patient doit subir des examens spécialisés (p. ex. polysomnographie);
- donner des conseils en matière de prise en charge, selon la cause sous-jacente du trouble du sommeil en question;
- évaluer les risques en matière de sécurité (p. ex. somnolence diurne excessive).