



ASSEMBLÉE NATIONALE

13ème législature

politique de la santé

Question écrite n° 45167

Texte de la question

M. Pierre Morel-A-L'Huissier attire l'attention de Mme la ministre de la santé et des sports sur les troubles du sommeil. Le 10 mars 2009, l'Institut national du sommeil et de la vigilance (INSV) a publié une enquête sur le raccourcissement du temps consacré au sommeil. Celle-ci révèle notamment qu'une proportion de 32 % de la population est affectée par ces troubles, que 9 % souffrent d'insomnie sévère et que l'apnée du sommeil comme la narcolepsie sont des maladies mal identifiées. Il lui demande de lui indiquer les conclusions qu'elle entend tirer de cette enquête en terme de santé publique.

Texte de la réponse

Le ministère chargé de la santé est conscient de l'importance de la prévention des troubles du sommeil pour l'ensemble de la population. C'est pourquoi, à la suite du rapport du docteur Jean-Pierre Giordanella remis fin 2006, un programme d'actions a été lancé le 29 janvier 2007, comprenant quatre axes : l'information et l'éducation de la population, la prise en charge de personnes atteintes de troubles ou pathologies du sommeil, la recherche et la lutte contre le bruit. Dans le domaine de l'information, plusieurs documents ont été élaborés par l'Institut national de prévention et d'éducation à la santé (INPES), destinés aux enfants et aux parents. Ainsi, en septembre 2007, des affiches intitulées « Longues veillées, journées gâchées », sensibilisant sur l'importance d'un temps de sommeil adapté à l'enfant en fonction de son âge, ont été diffusées. De même, la brochure « Dormir c'est vivre aussi - le sommeil c'est la santé », destinée aux parents de jeunes enfants, a été mise à jour et rééditée. D'autres actions ont été menées fin 2008, en direction des parents d'élèves et des enseignants. Il s'agit notamment de la réalisation d'un cédérom portant sur le sommeil de l'enfant et de l'adolescent (0 à 20 ans) et d'un support de formation (classeur, DVD et ouvrage) destiné aux formateurs des instituts de formation des maîtres. Enfin, en 2009, l'INPES a élaboré une brochure intitulée « Bien dormir, mieux vivre - Le sommeil c'est la santé » destinée aux adultes. Ce document explique pourquoi il est important de dormir suffisamment. Il invite à identifier les différentes causes qui peuvent troubler le sommeil, notamment dans l'environnement et les habitudes de vie, et propose des solutions pour en limiter les effets. Il donne des conseils adaptés à chaque profil de dormeur pour restaurer un sommeil suffisant et de bonne qualité. Concernant la prise en charge des maladies rares du sommeil telles que la narcolepsie, des centres de référence spécialisés ont été créés afin de mieux répondre aux besoins des patients souffrant de ces pathologies. Concernant la recherche, une réflexion est en cours, en liaison avec le ministère chargé de l'enseignement supérieur, afin d'identifier les thèmes à privilégier dans ce domaine. En matière de lutte contre le bruit, un projet d'étude épidémiologique est en cours d'élaboration. Celle-ci, basée sur le suivi d'une cohorte pendant cinq années, vise à identifier les effets néfastes du bruit sur la santé des populations et notamment sa répercussion sur le sommeil et les pathologies qui en découlent.

Données clés

Auteur : [M. Pierre Morel-A-L'Huissier](#)

Circonscription : Lozère (2^e circonscription) - Union pour un Mouvement Populaire

Type de question : Question écrite

Numéro de la question : 45167

Rubrique : Santé

Ministère interrogé : Santé et sports

Ministère attributaire : Santé et sports

Date(s) clé(s)

Question publiée le : 24 mars 2009, page 2741

Réponse publiée le : 27 octobre 2009, page 10267