



ASSEMBLÉE NATIONALE

13ème législature

politique de la santé

Question écrite n° 87588

Texte de la question

Mme Marguerite Lamour appelle l'attention de Mme la ministre de la santé et des sports sur les résultats du PAS (programme d'actions sur le sommeil) initié par le ministre de la santé et des solidarités en 2007. Le PAS était alors reconnu comme une avancée majeure pour les patients victimes de troubles du sommeil et représentait un tournant dans la reconnaissance de la médecine du sommeil, et de ses troubles en tant que problème de santé publique. Xavier Bertrand avait alors souhaité développer la prévention en mobilisant et en donnant les moyens et outils nécessaires aux professionnels de santé et aux chercheurs. En effet, 10 millions de personnes souffraient en 2007 de troubles du sommeil, troubles qui étaient reconnus favoriser les accidents de la route, les difficultés professionnelles et scolaires et l'emprise de somnifères. Aussi, elle aimerait connaître les résultats de ce programme et savoir quelles sont les mesures de prévention qui ont été instaurées depuis.

Texte de la réponse

Dans le cadre de la mise en oeuvre du programme d'actions sur le sommeil, l'Institut national de prévention et d'éducation à la santé (INPES) a été chargé de mettre en place des outils d'information grand public pour développer l'éducation à une bonne hygiène du sommeil. Dans cet objectif, des affiches intitulées « Longues veillées, journées gâchées » ont été largement diffusées auprès des parents afin de les sensibiliser sur l'importance d'un temps de sommeil adapté à l'enfant et les mettre en garde contre les couchers tardifs qui déséquilibrent la vie de l'enfant. Cette diffusion a été complétée par la réalisation d'un dépliant édité à 3 millions d'exemplaires concernant les signes du bon sommeil, la sieste, les rythmes adaptés à chaque âge, les astuces pour favoriser l'endormissement, la gestion des réveils nocturnes et les ronflements. L'institut a également apporté une part conséquente dans le financement du DVD interactif « Sommeil de l'enfant et de l'adolescent » (0-20 ans), qui répond aux besoins d'information des adolescents, des parents, des enseignants et des professionnels de santé pour mettre en place une prévention et une sensibilisation à la bonne hygiène du sommeil et savoir quand consulter. L'Institut national du sommeil et de la vigilance a organisé chaque année la journée nationale du sommeil avec la participation des centres du sommeil, de l'ensemble du territoire. Les thèmes retenus pour les journées organisées dans le cadre du programme d'actions ont été : la fatigue, le sommeil, un partenaire de santé, sommeil et rythme de vie, le sommeil des seniors. Enfin, le ministère chargé des transports et la délégation interministérielle à la sécurité routière ont réalisé une campagne radio d'information sur les risques liés à la somnolence au volant. Les spots diffusés alertaient sur les dangers de la somnolence et rappelaient que les seules solutions en cas de baisse de la vigilance étaient de s'arrêter et de faire une sieste durant une vingtaine de minutes. Il convient de rappeler également que le ministère des transports a poursuivi l'équipement en bandes sonores sur les routes et les autoroutes et que des éléments relatifs au sommeil ont été introduits dans la préparation au permis de conduire.

Données clés

Auteur : [Mme Marguerite Lamour](#)

Circonscription : Finistère (3^e circonscription) - Union pour un Mouvement Populaire

Type de question : Question écrite

Numéro de la question : 87588

Rubrique : Santé

Ministère interrogé : Santé et sports

Ministère attributaire : Travail, emploi et santé

Date(s) clé(e)s

Question publiée le : 7 septembre 2010, page 9619

Réponse publiée le : 25 janvier 2011, page 770