

**Le syndrome d'apnées obstructif du sommeil (SAOS) affecte 5 à 7% de la population adulte.**

### Qu'est-ce que le syndrome d'apnées du sommeil ?

Le syndrome d'apnée du sommeil se manifeste par des arrêts respiratoires (apnées) au cours du sommeil, pouvant se répéter jusqu'à plusieurs centaines de fois par nuit.

Il est normal de faire des pauses respiratoires pendant le sommeil, mais si elles sont nombreuses et durent plus de 10 secondes, elles fragmentent le sommeil, le rendent moins récupérateur et ont des répercussions sur la santé.

**Les principaux signes sont des ronflements bruyants et des pauses respiratoires nocturnes, associés à une somnolence excessive pendant la journée.**



### Quelles sont les causes et les conséquences ?

Les apnées du sommeil sont causées par une obstruction des voies respiratoires supérieures (pharynx) empêchant le passage de l'air. Cette obstruction provoque un arrêt de la respiration qui ne peut recommencer qu'à la faveur de micro-éveils.

Ces arrêts respiratoires répétés entraînent une baisse de l'oxygénation et une élévation de la pression artérielle, augmentant le risque de maladie cardiovasculaire, d'hypertension artérielle et de diabète de type 2, risques aggravés en cas d'obésité. Il est donc indispensable de consulter son médecin traitant en cas de doute, qui pourra orienter vers un spécialiste si besoin. Le diagnostic est établi grâce un enregistrement de sommeil qui permet de confirmer l'existence d'un syndrome d'apnée du sommeil.

### Quels traitements ?

Les traitements de référence sont la pression positive continue et l'orthèse d'avancée mandibulaire.

#### La Pression Positive Continue (PCC)



Ce dispositif délivre, grâce à un masque, de l'air sous pression pour maintenir les voies aériennes supérieures ouvertes et permettre une oxygénation normale tout au long de la nuit. Les bénéfices du traitement sont rapidement constatés lorsqu'il est bien suivi avec notamment une amélioration des symptômes et de la qualité de vie : se réveiller reposé, être productif au travail, reprendre son activité favorite, retrouver sa vie de famille...

*[En savoir plus sur le traitement par PPC avec Philips](#)*



Le patient joue un rôle essentiel dans la réussite du traitement par PPC. Découvrez les étapes pour être acteur de son traitement avec cette animation ludique. <http://apneesommeilpasseport.fr>

#### L'orthèse d'avancée mandibulaire

Il s'agit d'un appareil dentaire à porter la nuit. Elle est prescrite lorsque les apnées sont peu nombreuses ou en cas d'intolérance à la PPC.

### Avec qui en parler ?

- Votre médecin traitant qui pourra vous orienter si besoin vers un spécialiste
- Les associations de patients, qui permettent d'échanger avec des personnes rencontrant les mêmes difficultés, peuvent également constituer une aide. [www.ffaair.org](http://www.ffaair.org)

**En savoir plus sur l'apnée du sommeil**

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

[www.institut-sommeil-vigilance.org](http://www.institut-sommeil-vigilance.org)

## Des enquêtes à travers 3 continents

Pour développer des produits de haute technologie, il ne suffit pas d'avoir de solides connaissances scientifiques et ingénierie. Il faut aussi pouvoir répondre aux besoins des utilisateurs en étant à leur écoute. Une philosophie que Philips a suivie pour élaborer ses dernières nouveautés. Elles sont le résultat de cinq ans de recherche et développement des ingénieurs et chercheurs de l'entreprise, guidés par 700 entretiens de patients. Les médecins ont aussi joué un rôle essentiel en partageant leurs expériences. Des données du monde entier ont été compilées en provenance d'Europe, des Etats-Unis, du Canada, du Japon.

Ces études ont montré que le traitement PPC est source d'anxiété car il touche à l'intimité de la chambre, surtout quand on est en couple. Si l'efficacité du dispositif compte, sa discrétion est tout aussi importante. Les bénéfices du traitement sont perçus et bien compris par les patients, mais les observations mettent aussi en avant plusieurs points à améliorer comme le confort du masque, le bruit de la machine ou son design. Les patients veulent être maîtres de la machine et ne plus la subir.

## Les innovations d'aujourd'hui

Les équipes de recherche et développement ont travaillé avec des objectifs clairs : concevoir des machines confortables permettant aux patients de respirer de façon naturelle. Le dispositif PPC est constitué d'un masque à poser sur le visage, relié à une machine respiratoire. Pour ces deux composantes, Philips propose aujourd'hui des innovations qui permettent de s'adapter au rythme du patient et au confort optimal.

Ainsi, *la dernière machine Philips* pour le traitement de l'apnée du sommeil, fruit de cinq ans de recherche, a été conçue pour s'adapter au mieux au rythme du patient. Par son design sobre et moderne, elle se fond complètement dans le paysage intérieur de la chambre. A l'endormissement, la pression envoyée dans les voies aériennes est progressive pour faciliter l'endormissement. Les ingénieurs ont appelé ce système « Smart Ramp ». Ainsi le niveau de pression optimal est atteint en douceur au début de la nuit. L'appareil est bien sûr connecté pour pouvoir transmettre les données au médecin ou au prestataire de service.

Les chercheurs ont développé *un masque avec une idée totalement novatrice* : utiliser un harnais en silicone pour acheminer l'air entre la machine et les voies aériennes. Le tuyau habituellement situé à l'avant du visage se trouve donc au-dessus de la tête. Le patient gagne alors en liberté de mouvement et peut dormir dans toutes les positions. L'utilisation du silicone pour le harnais diminue les irritations et les traces rouges, réhivitoires pour de nombreux patients.

## En savoir plus sur les traitements Philips

