



Lettre 11
Mai 2004

Le mot du président :



Bonjour,

Malgré le talent et le courage des différentes équipes qui ont dirigé notre association depuis sa création, SOMMEIL et SANTE existe avec énormément de difficultés.

Cette situation n'est pas due au manque de moyens matériels... Elle est la conséquence du manque de moyens humains...

Notre association n'est hélas pas la seule dans ce cas et de ce fait, nous sommes nous aussi victimes de l'effet pervers de cette situation : l'usure prématurée de celles et ceux qui animent les associations.

Du fond du cœur, merci infiniment aux femmes et aux hommes qui jusqu'à ce jour ont porté SOMMEIL et SANTE à bout de bras.

Pour toutes ces raisons et parce qu'il faut une relève, j'ai, après en avoir discuté avec le Professeur ESCOURROU, accepté de prendre la présidence de notre association.

En attendant, vous tous, qui souffrez comme moi de « l'apnée du sommeil », savez que notre association doit VIVRE, pour que chacun de nous puisse à la fois mener une existence « normale » et SURTOUT PORTER LA BONNE PAROLE auprès de ceux qui souffrent et qui n'ont pas encore eu la chance de faire la connaissance de la brillante équipe médicale qui nous soutient.

Nous avons besoin de la participation active de chacun de vous. Rejoignez le comité directeur.

Carlos ARAUJO

Adresse de l'association :

Sommeil et Santé

Ou par Internet
contact@sommeilsante.asso.fr

Sommaire

Le mot du Président	page 1
Actualités La prochaine Journée Nationale des Apnées du Sommeil	page 2
Remerciements Opération «Un lit pour mon Sommeil»	page 2
Somnolence et Permis de Conduire	page 2
Tableau des propositions du rapport	
DOMONT	page 4

ACTUALITES

La prochaine **Journée Nationale des Apnées du Sommeil** destinée aux patients et à leur famille, aura lieu le **18 Septembre 2004 à Angers**.

Thème de la journée :
«EDUCATION THERAPEUTIQUE »

Programme envisagé :

1. Présentation du projet d'éducation thérapeutique
2. Quels sont les besoins des malades ? Objectifs du traitement, qu'attendent les patients du traitement ?
3. Nutrition – Surpoids (Obésité) et apnée. Comportement alimentaire - Mécanisme, liens entre apnée et surpoids. Comment intégrer un meilleur comportement alimentaire dans un projet d'éducation thérapeutique ?
4. Somnolence et conduite automobile - Droits et devoir du conducteur apnéique . Comment évaluer la vigilance, tolérance, compromis...
 Législation en matière de sécurité routière (Certificat d'absence de contre-indication à la conduite, déclaration sur l'honneur – test de vigilance...)
5. Prise en charge par l'assurance maladie et les mutuelles.
 Résultat de l'enquête FFAAIR – CNAM
 MUTUALITE FRANCAISE

Comité d'Organisation

Mr Alain GOUPY - FAAF
 Mr Jean-Claude ROUSSEL - FFAAIR
 Dr Marc SAPENE – Ateliers d'Arcachon
jnas@free.fr

Secrétariat

Marianne FOEILLET-PUJOL
 BP 118
 33313 ARCACHON Cedex
 Tél.:05 56 22 47 10 - Fax: 05 56 66 70 04
 e.mail: secretariat@ateliersarcachon.org



Opération «Un lit pour mon Sommeil»

Remerciements : Grâce à la générosité des patients sollicités par l'Association Sommeil et Santé et à des dons de fabricants de lit (Société DUPONT-Médical) et de matériel d'enregistrement (Sociétés TAEMA et MEDCARE), une troisième chambre de sommeil a été ouverte à l'Hôpital Béclère. Elle permettra de réduire les délais d'attente des patients et d'accélérer la mise en route des traitements.



SOMNOLENCE et PERMIS de CONDUIRE

Mise au point :

La réglementation actuelle relève de l'Arrêté du 7 mai 1997 qui fixe la liste des incapacités physiques incompatibles avec l'obtention ou le maintien du permis de conduire.

Il précise que «la pathologie du sommeil et les troubles de la vigilance (apnées du sommeil, narcolepsie, hypersomnie idiopathique, etc) sont en principe une contre-indication à la conduite de tout véhicule».

Il indique néanmoins qu'une compatibilité temporaire peut-être accordée pour le Groupe Léger (permis A,B et E[B]) par la commission médicale en fonction des résultats thérapeutiques.

Cette interdiction est totale dans le Groupe Lourd (permis C, D, E[C] et E[D]) sauf cas très particuliers évalués par la Commission Médicale du permis de conduire.

Un rapport récent remis au ministre de la santé par le Pr DOMONT recense douze groupes d'affections incompatibles avec l'obtention ou le maintien du permis. Il recommande également un contrôle régulier des conducteurs de tous âges. Les affections concernées sont de type cardiovasculaire (maladie évolutive avec troubles fonctionnels graves), altération des fonctions visuelles et auditives, maladies neurologiques (épilepsie) et psychiatriques (dont l'abus d'alcool et de drogues), maladies de l'appareil locomoteur, maladies métaboliques (diabète) et transplantation, et hypersomnolence liées aux maladies du sommeil : syndrome d'apnées, narcolepsie...mais aussi insomnie avec somnolence.

Un projet de loi est en préparation qui obligera le candidat au permis de conduire ou à son renouvellement à obtenir un certificat de non contre-indication à la conduite automobile qui sera établi par son médecin. Ce certificat sera fondé sur les déclarations sur l'honneur du candidat et les résultats de l'examen du médecin.

L'organisation du contrôle proposé repose sur un système à 3 niveaux :

-rédaction par un médecin généraliste, après examen clinique, d'un certificat d'absence de contre-indication médicale à la conduite automobile;

-en cas d'inaptitude constatée, consultation d'un médecin libéral agréé par le préfet (médecin de ville ou médecin des commissions médicales départementales) ;

-en cas d'inaptitude constatée par le médecin agréé et contestée par le conducteur, examen possible par les médecins membres de la commission départementale médicale d'appel.

A tous ces stades, le praticien peut moduler le droit de conduire (limitation à la conduite de jour ou dans un périmètre donné ou encore à la conduite de véhicules à transmission automatique). Il ne s'agit non pas d'exclure mais de responsabiliser et accompagner le conducteur selon ses aptitudes à la conduite.

Une question non résolue est celle de l'attitude des Assurances : Quelle sera l'incidence des mesures envisagées du point de vue de l'assurance automobile? La conduite par une personne n'ayant pas obtenu le certificat d'aptitude sera-t-elle une cause d'exclusion de la garantie ?

Le rapport complet se trouve sur le site internet : <http://www.sante.gouv.fr/hm/actu/domont/sommaire.htm>

(Un prochain article pourrait comparer les législations des pays européens)

En pratique actuellement :

1. - *au moment de passer le permis de conduire* il faut signaler son état (si on le connaît bien sûr) et un permis à durée de validité limitée peut-être délivré.

2. - *après l'obtention du permis*, deux cas sont possibles :

. Le malade refuse de se soigner : l'assurance peut récuser l'indemnisation des propres dégâts matériels et corporels du patient, mais celle des tiers reste garantie.

. Le malade se soigne : il n'y a pas de problème.

Réunion AG Sommeil et Santé du 3 avril 2004

Rappel des actions par le Président A.Olivier : Rapport moral :

Action 2002 :

- « un lit pour mon sommeil », dons de 630 euros, plus dons en matériel : **lit**, polygraphe
- Semaine à la mairie du 17^{ième}
- Renouvellement du site Internet
- Participation à l'association Morphée



Action 2003

- Colloque Sommeil et travail sur 2 jours, le premier pour les professionnels, le 2^{ème} grand public. Les interventions ont été enregistrées, matériel qui pourra faire l'objet de publication et de communication.
- Représentation de Sommeil et Santé à la fédération des associations des apnéiques de France (FAAF) par le Pr. P. Escourrou, à Arcachon.
- Soutien à SVS 81, journée sur le sommeil des enfants

Problème majeur : le trop faible nombre de personnes animatrices du bureau ce qui est très préjudiciable à la vie de l'association et entraîne l'épuisement des présidents successifs.

Un problème technique de boîte postale n'a pas facilité la communication avec les adhérents.

Le quitus du rapport moral est voté à l'unanimité.

Rapport financier :

Fin 2003, solde de 4500 euros (entrées liées au colloque, et sponsoring)

Adhésions : grande progression en 2001 et 2002, baisse en 2003 (95 adhérents ayant réglés en 2003). Fichier de plus de 200 adhérents.

Fixation de la cotisation 2003

Montant de la cotisation : augmentée à 20 euros. Accepté à l'unanimité.

Le quitus du rapport financier est voté à l'unanimité.

Listing des actions à faire pour 2004 :

- Lettre d'alerte et de recrutement, information sur le permis de conduire
- Mise à jour du site internet
- Organisation colloque **du 4 décembre 2004**

**Élection des membres du Conseil d'Administration
(voir la composition en dernière page)**

Tableau des propositions du rapport DOMONT sur l'évaluation médicale des capacités des conducteurs (Contre-indications concernant les troubles du sommeil)

	Affections	Groupe léger	Groupe lourd	Observations
4-3 Trouble du sommeil	4-3-1 : Somnolence excessive d'origine comportementale, organique, psychiatrique ou estrogène.	<p>Interruption temporaire de la conduite. Le reprise peut avoir lieu 1 mois après l'évaluation par examen clinique de l'efficacité thérapeutique (pression positive continue, chirurgie, prothèse, drogues éveillantes, etc ..) qui aura été proposée à l'issue du bilan fait par un spécialiste du sommeil.</p> <p>Compatibilité temporaire de 1 an. Incompatibilité tant que persiste un somnolence subjective malgré traitement. L'évaluation clinique doit être complétée dans ce cas par un test électroencéphalographique de maintien de l'éveil.</p>	<p>Interruption temporaire de la conduite. La reprise peut avoir lieu 1 mois après l'évaluation par examen clinique de l'efficacité thérapeutique (pression positive continue, chirurgie, prothèse, drogue éveillantes, etc.) qui aura été proposée à l'issue du bilan clinique et test électroencéphalographique de maintien de l'éveil interprété par un spécialiste du sommeil.</p> <p>Compatibilité temporaire de 6 mois. Incompatibilité tant que persiste un somnolence subjective malgré traitement. L'évaluation clinique doit être complétée dans ce cas par un test électroencéphalographique de maintien de l'éveil.</p>	<p>Avis du spécialiste du sommeil pour une éventuelle autorisation de la conduite nocturne pour les catégories C ET D.</p> <p>* Les risques additionnels liés à la conduite du groupe lourd et aux conditions de travail (cf. art 2) seront envisagés avec la plus extrême prudence.</p>
	4-3-2 : Somnolence d'origine comportementale, organique, psychiatrique ou estrogène.	<p>Interruption temporaire de la conduite. Le reprise peut avoir lieu 15 jours après disparition de toute somnolence et constat clinique de l'efficacité thérapeutique.</p> <p>Compatibilité temporaire de 1 an. Incompatibilité en cas de somnolence confirmé par un spécialiste du sommeil après examen classique et réalisation d'un électroencéphalographique de maintien de l'éveil.</p>	<p>Interruption temporaire de la conduite. Le reprise peut avoir lieu 1 mois après disparition de toute somnolence et constat clinique de l'efficacité thérapeutique.</p> <p>Compatibilité temporaire de 6 mois pendant 2 ans, annuelle ensuite (insomnie chronique). Incompatibilité en cas de somnolence subjective confirmée par un spécialiste du sommeil après examen classique et réalisation d'un électroencéphalographique de maintien de l'éveil.</p>	<p>Avis du spécialiste du sommeil pour une éventuelle autorisation de la conduite nocturne pour les catégories C ET D.</p> <p>* Les risques additionnels liés à la conduite du groupe lourd et aux conditions de travail (cf. art 2) seront envisagés avec la plus extrême prudence.</p>

Liste des Médecins et des Centres en Province
pouvant vous conseiller pour des Troubles du Sommeil
en bleu les centres agréés par la Société Française de Recherche sur le Sommeil
(Cette liste est non exhaustive et nous prions les Centres ou les cabinets non mentionnés
de nous contacter pour que nous puissions présenter une liste à jour)

Alsace

Hôpitaux Universitaire de Strasbourg
M. J. KRIEGER
Unité de pathologie du Sommeil
Clinique Neurologique
67091 - Strasbourg Cedex
☎ 03 88 11 63 12

Clinique Sainte-Barbe
M. C. PETIAU
29, Rue du Faubourg National
67000 - Stasbourg
☎ 03 88 21 71 21

M. L. STANER FORENAP
27, Rue du 4RSM
68250 - Rouffach
☎ 03 89 78 51 24

Hôpital de HautePierre
M. E. WEITZENBLUM
Service de Pneumologie
67098 - Strasbourg Cedex
☎ 03 88 12 78 37

Aquitaine

Clinique Aguilera
M. Y. BATAILLE
9, Avenue de la République
64200 - Biarritz
☎ 05 59 22 47 07

Centre Hospitalier de Pau
M. Jean BENICHOU,
M. Alexandre DAKAR,
M. LAURENT
Unité des troubles du sommeil
4, Boulevard HauteRive
64046 - Pau Cedex
☎ 05 59 92 49 73

M. J. CAMBORDE
7, Rue H d'Albret
64000 - Pau
☎ 05 59 32 54 44

Centre Hospitalier
M. S. LACROIX
80, Avenue Georges Pompidou
24019 - Périgueux
☎ 05 53 07 71 36

Hôpital Pellegrin
M. PHILIP Pierre
Clinique du Sommeil
33073 - Bordeaux
☎ 05 56 79 48 06

M. M. SAPENE
17, Rue de Rivière
33000 - Bordeaux
☎ 05 56 44 34 51

Auvergne

Hôpital Gabriel Montpied (CHU)
M. P. BEUDIN
Service Explorations fonctionnelle
du système nerveux
63003 - Clermont-Ferrand
☎ 04 73 31 60 36

Centre Hospitalier
M. MAILLET - VIOUD
Unité du Sommeil
18, Avenue du 8 mai 45
03113 - Montluçon Cedex
☎ 04 70 02 30 90

Basse Normandie

Explorations neurologiques
Centre Hospitalier
Mme. Marie José PENIELLO,
Mme. Françoise BERTRAN,
M. Hervé NORMAND
Côte de Nacre
Avenue Côte de Nacre
14033 - Caen
☎ 02 31 06 31 06

Bourgogne

Laboratoire d'EEG et de sommeil
M. Jean-Luc DELIRY
de la clinique Saint Rémy
31, Rue Charles Dodille
71100 - Chalon sur Saone
☎ 03 85 92 38 00

Laboratoire de Sommeil
M. GENET,
M. GIRAUD,
M. DIDI
CHS La Chartreuse
1, Boulevard Chanoine Kir
21033 - Dijon BP 1514
☎ 03 80 42 49 66

Centre Hospitalo-Universitaire
M. P. GIROUD,
M. M. LEMESLE,
M. P. SOISSOT
Service Explorations fonctionnelles
3, Rue du Faubourg Raines
21033 - Dijon Cedex BP 1519
☎ 03 80 29 37 53

Centre Hospitalier
M. B. MEUNIER
M. Service Pneumologie
1, Avenue Colbert
58033 - Nevers
☎ 03 86 68 30 72

CHRU de Dijon
M. REYBET-DEGAT
Service Pneumologie
24, Rue du Docteur Calmette
21034 - Dijon
☎ 03 80 29 30 31

Centre Hospitalier
M. M. S. TCHERAKIAN
Service Pneumologie
2, Boulevard de Verdun
89000 - Auxerre
☎ 03 86 48 48 48

Bretagne

Hôpital Morvan(CHU)
M. ESNAULT-LAVANDIER,
M. MABIN
Service d'Exploration fonctionnelles
Neurologiques
29285 - Brest Cedex
☎ 02 98 22 33 33

Centre Hospitalier Laennec
M. J.J. LARZUL
Service de Pneumologie
BP 520
29107 - Quimper Cedex
☎ 02 98 52 10 56

Centre Val de Loire

CHG Jacques Coeur
M. ADAM
Service de pneumologie
Avenue François Mitterrand
18016 - Bourges Cedex
☎ 02 48 48 48 48

Hôpital Bretonneau (CHU)
M. A. AUTRET,
Mme. Brigitte LUCAS
Centre de Sommeil
2, Boulevard Tonnelé
37044 - Tours Cedex
☎ 02 47 47 37 23

Centre Hospitalier
M. B. HAMEL,
M. B. LEMAIRE
Service de Pneumologie
Porte Madeleine
45000 - Orléans
☎ 02 38 74 45 57

Membres du Conseil d'Administration

Carlo ARAUJO : Président
Jean Pierre RENAUX : Trésorier
Dominique STROESSER : Secrétaire

Sylvie ROYANT-PAROLA : Vice-Président
Pierre ESCOURROU : Vice-Président
Patrick CABEDOUCHE : Vice-Président
Paul Henry DEPOORTERE
Eric MULLENS
Paul LAFONTA
Suzanne GUILHEM
Claude NYLS
Pauline et Marie RICHARD



Sommeil et Vigilance
chez le Senior



Bulletin d'adhésion - (à découper ou photocopier)

NOM :

PRENOM :

Adresse :

Code postal Ville

Téléphone e-mail

Oui, je souhaite adhérer à l'association Sommeil et Santé

Je souhaite participer au fonctionnement de l'association.

et je renvoie ce coupon accompagné d'un chèque libellé à l'ordre de l'Association «Sommeil et Santé »,
d'un montant minimum de 20 euros pour la cotisation annuelle.