

Apnées du sommeil et pression positive continue : efficace sur le sommeil, sans plus.

"Syndromes d'apnées du sommeil" Rev Prescrire 2018 ; 38 (412) : 130-131.

La pression positive continue améliore la qualité du sommeil, mais n'a pas d'effet démontré sur la mortalité.

Les patients atteints de syndrome d'apnées obstructives du sommeil souffrent principalement d'une somnolence diurne en rapport avec la survenue d'apnées fragmentant le sommeil.

Ce syndrome semble altérer à court terme les performances cognitives, augmenter le risque d'accidents de la route chez les conducteurs et peut-être le risque d'hypertension artérielle.

Plusieurs études ont montré une association entre syndrome d'apnées obstructives du sommeil sévère et risque accru d'événements cardiovasculaires et une durée de vie réduite.

Des appareils délivrant de l'air sous une pression positive continue et des dispositifs buccaux maintenant la langue ou repositionnant la mandibule visent à améliorer l'oxygénation nocturne des patients. Ces deux types d'intervention diminuent la somnolence diurne.

Une synthèse étatsunienne de 35 essais n'a pas mis en évidence d'effet des appareils pression positive sur la mortalité.

Une synthèse de 13 essais a montré une amélioration de la qualité de sommeil des patients sous pression positive continue.

Dans les essais, des effets indésirables ont été relevés : sécheresses buccales et nasales, irritations oculaires et cutanées, éruptions, saignements de nez, douleurs. Ces appareils exposent aussi à des altérations du sommeil, des sensations de suffocation.

Début 2018, il n'est pas démontré que ces appareils apportent un bénéfice au-delà d'une amélioration de la qualité du sommeil et d'une diminution de la somnolence diurne.

II n'est notamment pas démontré que ces appareils augmentent l'espérance de vie.