

## Programme

# Polysomnographie et diagnostic des troubles du sommeil

### A. DEROULE PEDAGOGIQUE DE L'ACTION

	 J1 Matinée
	<b>POLYSOMNOGRAPHE ET ANALYSE DU SOMMEIL</b>
<b>08h30-09h00</b>	Accueil des participants
<b>09h00-09h30</b>	Tour de table des participants ✓ Objectifs de la formation pour les participants (analyse des questionnaires pré évaluation)
<b>9h30-10h15</b>	Les capteurs du polysomnographe : position, fonction, type de signal.... sous la forme d'atelier en sous groupe, puis mise en commun
<b>10h15-10h45</b>	Plénière interactive: les critères de scoring du sommeil sous la forme d'un tableau récapitulatif et critères de transition d'un stade de sommeil à un autre
<b>10h45-11h00</b>	<b>Pause</b>
<b>11h00-12h45</b>	Lecture en binôme de pages de polysomnographie pour apprendre à détecter le stade N1, N2, N3, le sommeil paradoxal, l'éveil... puis mise en commun  Lecture d'enregistrement de polysomnographie (en binôme) puis mise en commun - tracé normal ou presque
<b>12h45-14h00</b>	<b>Déjeuner</b>
	 J1 Après-midi
	<b>SOMMEIL, MICROEVEILS, MOUVEMENTS PERIODIQUES ET EVENEMENTS RESPIRATOIRES</b>
<b>14h00-14h45</b>	Les micro-éveils : définition (10 min) en plénière Puis lecture d'enregistrement de polysomnographie (en binôme) puis mise en commun : - tracé avec micro éveils
<b>14h45-15h45</b>	Les mouvements périodiques du sommeil : définition (10 min) en plénière Puis lecture d'enregistrement de polysomnographie (en binôme) puis mise en commun : - tracé avec mouvements périodiques
<b>15h45-16h</b>	<b>Pause</b>
<b>16h-17h30</b>	Les événements respiratoires du sommeil : définition (20 min) en plénière Puis lecture d'enregistrement de polysomnographie (en binôme) puis mise en commun : - tracés avec troubles respiratoires du sommeil
<b>17h30-18h00</b>	Synthèse de la journée

08h30-09h00	Accueil des participants	Journée 2
09h00-09h30	Rapport d'interprétation d'une polysomnographie : quelles données faut-il y mettre ? plénière interactive	
9h30-10h45	Lecture d'enregistrement de polysomnographie (en binôme) puis mise en commun : - tracés avec mouvements périodiques du sommeil et troubles respiratoires du sommeil puis élaboration d'un compte rendu et d'une conclusion	
10h45-11h00	Pause	
11h00-12h00	Cas cliniques avec des rapports d'interprétations en sous groupe puis mise en commun	
12h00-12h30	Synthèse et conclusion	

## SCENARIO PEDAGOGIQUE

**Avant la formation** : questionnaire sur la pratique générale du participant puis analyse des pratiques au travers de 5 cas cliniques (cf questionnaire d'évaluation initiale)

**Formation en présentiel** (acquisition et perfectionnement des connaissances)

Les participants alternent un travail en ateliers (Groupes de 5), en binôme et en plénière.

### 1ERE DEMI JOURNEE : POLYSOMNOGRAPHIE ET ANALYSE DU SOMMEIL

#### Objectifs de la première demi-journée

- Apprendre les stades de sommeil et savoir les scorer.
- La polysomnographie :
  - Indication
  - Les capteurs : utilité, pose...
  - Analyse des signaux

#### Les 2 principaux messages scientifiques

- Avant d'interpréter une polysomnographie, il est nécessaire de connaître les capteurs.
- Chaque stade de sommeil a des critères de scoring spécifique. Le scoring manuel est nécessaire et ne peut être remplacé par une analyse automatique.

### 2DE DEMI JOURNEE : SOMMEIL, MICROEVEILS, MOUVEMENTS PERIODIQUES ET EVENEMENTS RESPIRATOIRES

#### Objectifs de la deuxième demi-journée

- Connaître les critères de microéveils et savoir les scorer
- Connaître les critères de mouvements périodiques du sommeil et savoir les analyser
- Connaître les critères des événements respiratoires du sommeil et savoir les scorer

#### Les 2 principaux messages scientifiques

- L'analyse de la polysomnographie doit être complète.
- En plus des stades de sommeil, il est nécessaire de rechercher et d'analyser d'éventuels micro éveils, mouvements périodiques et événements respiratoires au cours du sommeil.

### **3EME DEMI JOURNEE : INTERPRETATION DE LA POLYSOMNOGRAPHIE**

#### **1. Objectifs de la troisième demi-journée**

- Construire son rapport d'interprétation
- Savoir interpréter un rapport d'analyse de polysomnographie
  
- **Les principaux messages scientifiques**
  - Selon le rapport d'analyse, chaque patient aura un diagnostic précis personnalisé et un bilan adapté

#### **Résultats attendus à l'issue de la formation**

##### ✓ **A l'échelle individuelle :**

Cette formation, complémentaire d'un enseignement universitaire encore à ce jour limité dans ce domaine, devrait permettre aux médecins de mieux utiliser et interpréter les polysomnographies chez les patients suspects de troubles du sommeil.

##### ✓ **En Santé Publique:**

Le bon diagnostic des troubles du sommeil devrait permettre de limiter ses conséquences en le diagnostiquant au plus tôt et en envisageant dans un second temps une prise en charge adaptée à chaque trouble.

**Après la formation** : suivi de l'amélioration des pratiques (questionnaire et analyse de 5 cas cliniques) (cf questionnaire d'évaluation finale), évaluation de la formation.