

RÉSUMÉ

Introduction : La sclérose en plaques (SEP) est une maladie inflammatoire démyélinisante du système nerveux central. Compte tenu de la grande diversité des manifestations cliniques de la SEP, les comorbidités telles que les troubles de sommeil sont fréquentes. L'insomnie chronique (IC) est l'un des troubles du sommeil les plus observée dans la sclérose en plaques (SEP) avec des conséquences délétères sur la qualité de vie des patients.

-Objectif : Le but de cette étude était d'évaluer la prévalence de l'insomnie comme trouble du sommeil, chez un groupe de patients suivis pour sclérose en plaque au sein du service de neurologie du centre hospitalier universitaire de Mohammed VI Oujda.

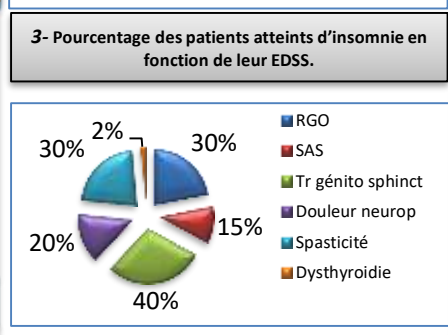
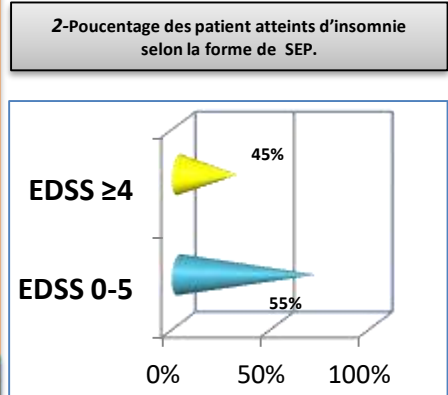
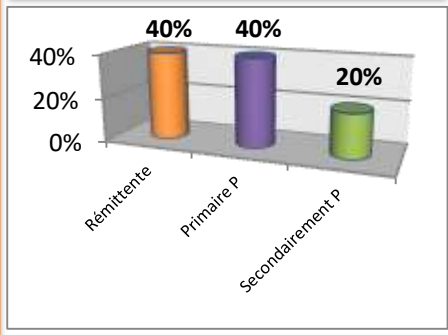
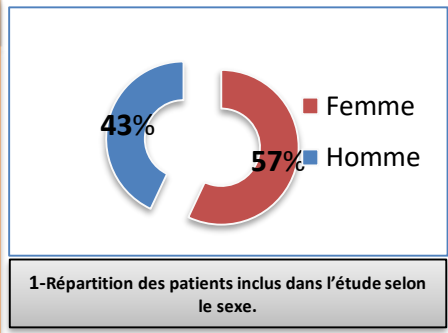
-Matériels et méthodes : il s'agit d'une étude rétrospective à visée descriptive et analytique. La collecte des données était faite sur des dossiers médicaux de patients suivis pour une SEP. Les différents questionnaires utilisés: Échelle d'EPWORTH, PITTSBURGH sleep quality index (PSQI) et échelle de PICHOT.

-Résultats : L'âge moyen des patients inclus dans l'étude est de 33 ans, avec un écart-type de 5 ans. Parmi les patients atteints de SEP étudiés, 70% souffrent d'insomnie, dont 57% sont des femmes. De ces patients, 40% présentaient une forme rémittente ou primaire progressive de la maladie, tandis que 20% avaient une forme secondairement progressive. La majorité des patients (62%) présentant une insomnie ont été diagnostiqués avec la SEP il y a plus de 5 ans. En termes de degré de handicap mesuré par l'EDSS, 70% des patients avaient un score entre 0 et 5, tandis que 30% avaient un score supérieur à 4. Plus de 60% des patients souffrant d'insomnie ont également rapporté une fatigue secondaire, des troubles de concentration et de mémoire, et 20% ont signalé une irritabilité. En outre, 80% des patients souffrant d'insomnie avaient une déficience en vitamine D, et 75% présentaient des lésions au niveau du tronc cérébral et du thalamus.

-Discussion : L'ensemble des études retrouvées concernant ce sujet rapportent une prévalence augmentée de l'insomnie au cours de l'évolution de la sclérose en plaque (allant de 25 à 68 % pour l'ensemble des troubles de sommeil) ce qui rejoint les résultats de notre étude.

Ces études ont également trouvées que ce trouble intéresse essentiellement les sujets jeunes chez qui l'évolution de la sclérose en plaque est de plus de 5 ans. Une corrélation entre un EDSS avancé et la survenue d'insomnie n'a pas été retrouvé jusqu'à présent. Cependant une relation entre la présence de lésions à l'IRM au niveau du tronc cérébrale et du thalamus, ainsi que le déficit en vitamine D a été retrouvée dans notre étude. L'insomnie peut avoir des répercussions majeures sur la cognition et l'humeur selon les résultats de notre étude ainsi que dans la littérature.

-Conclusion : Les troubles du sommeil et plus précisément l'insomnie est fréquente et invalidante chez les patients atteints de SEP. Son influence sur l'humeur et les capacités cognitives rend son dépistage et prise en charge impératif au cours du suivi de la sclérose en plaque.



4-Causes d'insomnie au cours de la SEP.

INTRODUCTION

- ❖ La sclérose en plaques (SEP) est une maladie inflammatoire démyélinisante du système nerveux central.
- ❖ Compte tenu de la grande diversité des manifestations cliniques de la SEP, les comorbidités telles que les troubles de sommeil sont fréquentes.
- ❖ Bien qu'il soit souvent méconnu sur le plan clinique, les problèmes du sommeil sont plus fréquents dans la population atteinte de SEP que dans la population générale.
- ❖ L'insomnie chronique (IC) est l'un des troubles du sommeil les plus observée dans la sclérose en plaques (SEP) avec des conséquences délétères sur la qualité de vie des patients.

METHODOLOGIE

-Objectif : Le but de cette étude était d'évaluer la prévalence de l'insomnie comme trouble du sommeil, chez un groupe de patients suivis pour sclérose en plaque au sein du service de neurologie du centre hospitalier universitaire de Mohammed VI Oujda.

-Matériels et méthodes : il s'agit d'une étude rétrospective à visée descriptive et analytique. La collecte des données était faite sur des dossiers médicaux de patients suivis pour une SEP. Soixante patients ont été colligés. Les différents questionnaires utilisés: Échelle d'EPWORTH, PITTSBURGH sleep quality index (PSQI) et échelle de PICHOT.

RESULTATS

- ❖ De ces patients, 40% présentaient une forme rémittente ou primaire progressive de la maladie, tandis que 20% avaient une forme secondairement progressive.
- ❖ L'âge moyen des patients inclus dans l'étude est de 33 ans, avec un écart-type de 5 ans. Parmi les patients atteints de SEP étudiés, 70% souffrent d'insomnie, dont 57% sont des femmes.
- ❖ La majorité des patients (62%) présentant une insomnie ont été diagnostiqués avec la SEP il y a plus de 5 ans.
- ❖ En termes de degré de handicap mesuré par l'EDSS, 70% des patients avaient un score entre 0 et 5, tandis que 30% avaient un score supérieur à 4.

-Parmi les patients présentant une insomnie, 40% ont également signalé des troubles génito-sphinctériens, 30% présentaient une spasticité des membres, et 20% rapportaient des douleurs neuropathiques..

-En outre, 80% des patients souffrant d'insomnie avaient une déficience en vitamine D, et 75% présentaient des lésions au niveau du tronc cérébral et du thalamus.

-Enfin, 60% des patients avaient un score PICHOT de 22/32 ou plus, 20% avaient un score d'Epworth entre 0 et 6, 50% avaient un score entre 7 et 8, et 20% avaient un score de 9 ou plus.

DISCUSSION

-L'ensemble des études retrouvées concernant ce sujet rapportent une prévalence augmentée de l'insomnie au cours de l'évolution de la sclérose en plaque (allant de 25 à 68 % pour l'ensemble des troubles de sommeil) ce qui rejoint les résultats de notre étude (1).

-Ces études ont également trouvées que ce trouble intéresse essentiellement les sujets jeunes chez qui l'évolution de la sclérose en plaque est de plus de 5 ans (2).

-Certains auteurs ont proposé un substratum anatomique à ces troubles (3).

Une corrélation entre un EDSS avancé et la survenue d'insomnie n'a pas été retrouvé jusqu'à présent.

-L'insomnie dans la SEP a probablement une étiologie multifactorielle. Les symptômes nocturnes, notamment les crampes, les spasmes et les douleurs neuropathiques, ainsi que la nycturie et les symptômes de dysfonctionnement de la vessie sont fréquents et peuvent contribuer à perturber le sommeil (4).

-Les troubles psychiatriques comorbides (tels que la dépression et l'anxiété) peuvent contribuer de manière significative à l'insomnie dans la SEP (5).

-Les troubles du sommeil tels que le syndrome d'apnée obstructive du sommeil (SAOS) (6), le syndrome des jambes sans repos (SJSR) et le trouble des mouvements périodiques des membres (7) sont plus fréquents dans la SEP que dans la population générale, et les traitements immunomodulateurs et symptomatiques utilisés dans la SEP peuvent interférer avec le sommeil.

-Cependant une relation entre la présence de lésions à l'IRM au niveau du tronc cérébrale et du thalamus, ainsi que le déficit en vitamine D a été retrouvée dans notre étude (8).

-L'insomnie peut avoir des répercussions majeures sur la cognition et l'humeur selon les résultats de notre étude ainsi que dans la littérature.

-La mauvaise qualité du sommeil a été signalée comme un facteur significatif de la qualité de vie auto-déclarée (QoL) chez les patients atteints de SEP (9), mais l'impact spécifique de l'insomnie sur la QoL n'est pas clair (9).

CONCLUSION

-Les troubles du sommeil et plus précisément l'insomnie est fréquente et invalidante chez les patients atteints de SEP.

-Son influence sur l'humeur et les capacités cognitives rend son dépistage et prise en charge impératif au cours du suivi de la sclérose en plaque.

-La prise en charge par thérapie cognitivo-comportementale devrait constituer une voie thérapeutique prometteuse dans la prise en charge de l'insomnie chronique comme comorbidité de la SEP.

BIBLIOGRAPHIE

- 1- Sclérose en plaques et troubles du sommeil: étude à propos de 33 patients . Mohammed Aljamat, Mouloud Najwa . Revue neurologique avril 2021, Page S128.
- 2- InMS: Chronic insomnia disorder in multiple sclerosis – a Portuguese multicentre study on prevalence, subtypes, associated factors and impact on quality of life, Pedro Viana, Elisabete Rodrigues. Multiple sclerosis and related disorders.
- 3-8-Troubles du sommeil au cours de la sclérose en plaques, Jamoussi Hela, Jamoussi Hela.
- 4-Merlino et al., 2009 ; Stanton et al., 2006 ; Bøe Lund et al., 2012 ; Bamer et al., 2010.
- 5-Pokrzyzko-Dragan et al., 2013 ; Bøe Lund et al., 2012.
- 6-Bøe Lund et al., 2012, Briley et al., 2014.
- 7-(Manconi et al., 2008.
- 8-(Bøe Lund et al., 2012, Lobentanz et al., 2004, Ghaem et Borhani Haghighi, 2008.