

Insuffisance Veineuse et risque d'apnées du sommeil

✚ L'insuffisance veineuse

Vous avez consulté un médecin vasculaire pour un problème veineux. L'insuffisance veineuse est liée à un mauvais retour du sang vers le cœur. Cela se traduit par des varices, parfois un gonflement des jambes et dans les formes plus graves par des anomalies au niveau de la peau pouvant aller jusqu'à un ulcère. La prise en charge repose sur des conseils simples dans la vie quotidienne, le traitement des anomalies veineuses et la compression élastique.

<http://www.macirculation.com> ou

<http://www.sf-phlebologie.org/espace-patients>



✚ Le syndrome d'apnées du sommeil

Apnée signifie pause respiratoire. Les patients avec un syndrome d'apnées du sommeil font des courtes pauses respiratoires pendant le sommeil. Il s'agit d'une pathologie fréquente touchant 8 % de la population. En position couchée pendant le sommeil, le pharynx au niveau de la gorge peut se relâcher ce qui réduit le diamètre pour le passage de l'air. Cela se traduit par des ronflements puis, si l'air ne peut plus passer, par une pause respiratoire. Le plus souvent, le patient ne se rend pas vraiment compte de ces ronflements et apnées car la reprise de la respiration se fait automatiquement. Comme pour l'insuffisance veineuse, il existe des formes plus ou moins graves. Pour avoir la preuve de l'existence de ces apnées et évaluer leur sévérité, il faut consulter un spécialiste et faire un enregistrement du sommeil.

<http://www.institut-sommeil-vigilance.org/>



✚ Quels liens entre veines et apnées du sommeil ?

Dans l'insuffisance veineuse, au fil de la journée, la position debout accentue la mauvaise qualité du retour veineux; ainsi, les sensations de gonflement et de jambes lourdes, de même que les œdèmes sont plus marqués en fin de journée. Lors du coucher, le surplus liquidien qui était « stocké » dans les veines et les tissus des jambes, se trouve mobilisé et peut se répartir de façon assez rapide vers le haut du corps. Cet afflux liquidien vers le haut pourrait contribuer à induire une réduction du diamètre au niveau de la gorge, et favoriser l'apparition d'apnées lors du sommeil.

✚ Pourquoi cette enquête ?

C'est pour mieux connaître ce lien que votre médecin vasculaire vous a posé des questions sur votre sommeil. Une meilleure connaissance permettra de mieux dépister le syndrome d'apnées du sommeil chez les patients avec problème veineux et de mieux traiter les patients avec apnées du sommeil.

✚ Quelles conséquences pour moi ?

Votre médecin vasculaire vous a remis cette fiche car l'analyse de vos réponses (score de Berlin) montre que vous présentez un risque de syndrome d'apnées du sommeil. Il ne s'agit pas d'un diagnostic mais simplement d'un risque plus élevé chez vous. Il n'y a aucune urgence, mais il serait bien d'en discuter avec votre médecin référent, généraliste ou pneumologue. Vous verrez avec eux s'il faut ou non faire les examens simples qui permettraient de préciser ce risque.

Notre équipe recherche vous recontactera par téléphone d'ici trois mois pour vous poser quelques questions. Si vous ne souhaitez pas être recontacté ou si vous ne souhaitez pas que vos réponses soient traitées statistiquement (de manière anonyme) dites le à votre médecin vasculaire ou contactez nous (jlbosson@chu-grenoble.fr) conformément à la Loi Informatique et Liberté.