

Dr Thierry Garban, cardiologue libéral, secrétaire du Syndicat National des Cardiologues.

infos@tension
La Lettre d'information de la FRHTA
février 2022



Dr Thierry Garban
Cardiologue



L'INVITÉ : Dr Thierry Garban
Cardiologue libéral,
Secrétaire du Syndicat National des Cardiologues



« Traiter les apnées du sommeil chez un patient hypertendu améliore considérablement sa santé cardiovasculaire. »

Vous êtes expert des troubles du sommeil : chez les patients cardiaques, que recherchez-vous ?

Le sommeil est essentiel pour la santé ! Il est impératif d'évaluer systématiquement la durée du sommeil des patients hypertendus en leur demandant simplement : « combien d'heures dormez-vous par nuit ? ». En effet, la durée du sommeil a un impact pronostique direct sur les maladies cardiovasculaires et la mortalité.

Il existe 2 grandes typologies de troubles de sommeil qu'il faut rechercher chez ces patients : les insomnies et les apnées du sommeil (troubles respiratoires du sommeil). Le patient a-t-il des endormissements difficiles, des réveils dans la nuit, une sensation de « méforme » le matin avec un retentissement sur la qualité de la journée ? A-t-il des envies fréquentes d'uriner, des maux de tête matinaux, une somnolence dans la journée ? Le conjoint se plaint-il de ronflements ? L'évaluation de la somnolence est assez difficile chez les hypertendus, car assez fréquemment ils sont un peu somnolents.

Certains patients présentent une association de ces deux troubles, appelée CoMISA (syndrome d'apnées obstructives du sommeil + insomnie) ce qui peut avoir de graves conséquences sur la santé cardiovasculaire.

La prise en charge de l'insomnie se fait par des spécialistes des thérapies cognitives et comportementales : psychologues, psychiatres, médecins traitants qui ont reçu une formation spécifique. Les cardiologues peuvent participer à la prise en charge des apnées du sommeil, s'ils ont suivi une formation validante.

Dans l'HTA résistante, le bénéfice à rechercher l'apnée du sommeil a été démontré : on sait qu'en traitant les hypertendus résistants qui ont des apnées de manière significative, on peut améliorer le contrôle de leur pression artérielle, ce qui aura aussi un effet sur leur santé cardiovasculaire. Il faut que le traitement pour l'apnée soit suivi de manière régulière et suffisante pour obtenir un bénéfice : au moins 4h voire idéalement 6h chaque nuit. Les études « en intention de traiter » ne s'avèrent finalement positives sur les événements cardiovasculaires que

dans les groupes de patients ayant une bonne observance.

Vous avez un projet de collaboration avec la FRHTA, pouvez-vous nous en parler ?

Le Syndicat National des Cardiologues, dont je suis secrétaire, porte des projets innovants qui s'appuient en particulier sur la télémédecine et les outils connectés pour optimiser la prise en charge des patients, surtout ceux à haut risque cardiovasculaire.

Avec la FRHTA, nous avons en effet un projet commun : améliorer le suivi et la coordination des soins dans l'HTA grâce à la télémédecine. Elle s'est développée de manière importante chez les médecins généralistes mais elle est encore relativement peu utilisée par les cardiologues.

Or, la télémédecine offre différentes modalités pour la prise en charge thérapeutique des patients hypertendus : téléconsultation, téléexpertise, télésurveillance (à l'heure actuelle pour le patient avec insuffisance cardiaque). Ces modèles innovants permettent des échanges simplifiés et rapides entre les professionnels de santé face à des cas d'HTA complexes par exemple.

Notre projet consistera à s'appuyer sur l'expertise de la FRHTA, qui a conçu des applications comme Depisthta et Suivihta, destinées à améliorer le diagnostic et le suivi de l'hypertension. Notre objectif est de développer l'utilisation de ces outils auprès des cardiologues et des patients, pour une meilleure coordination entre les différents spécialistes et une amélioration du parcours de soins des patients.

Ce sujet vous intéresse ?

- (Re)lisez la lettre de janvier 2022 : [Sommeil et HTA](#)
- Consultez la page [HTA et Sommeil](#) du site [frhta.org](#)
- Consultez la chaîne Youtube [Hypertension France](#)
- Consultez la chaîne Spotify [Hypertension France](#)