

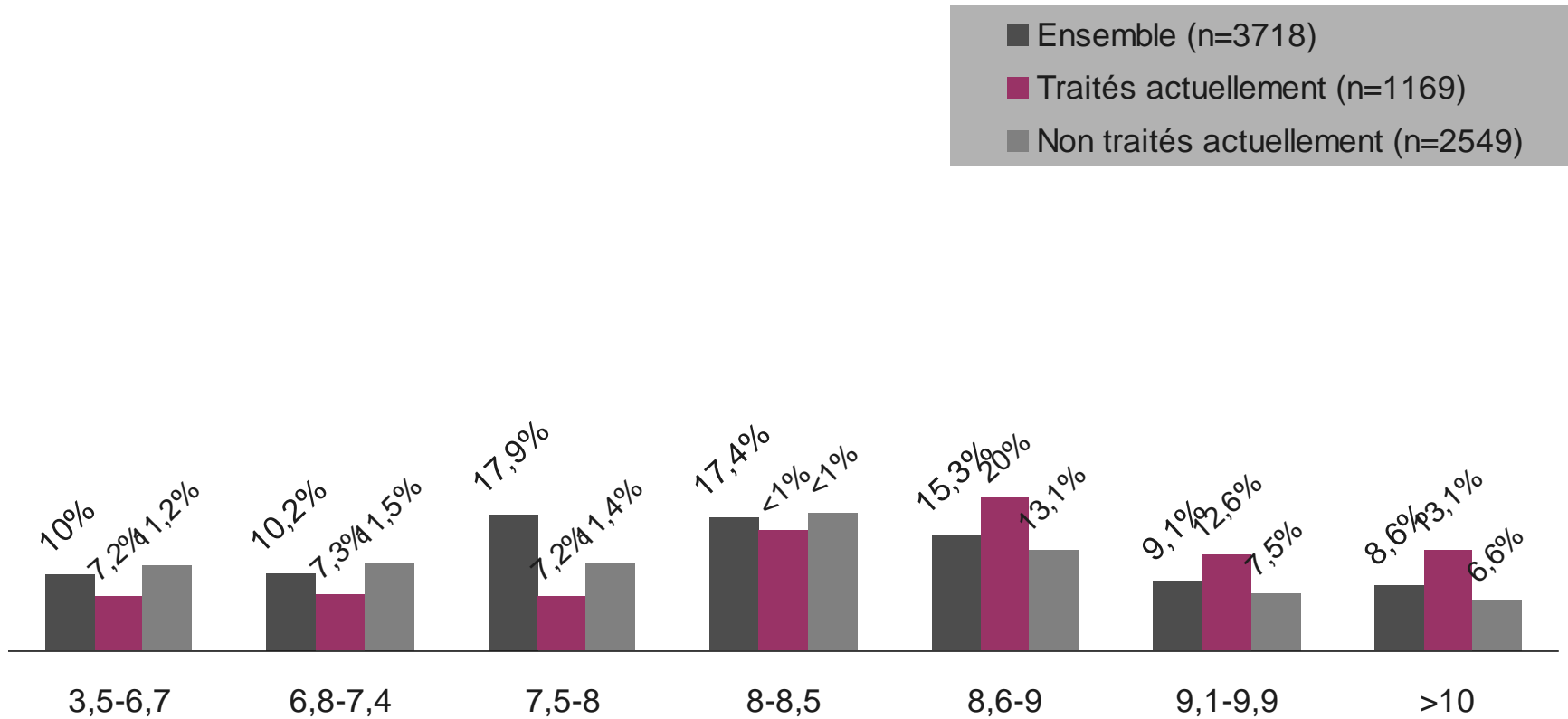
# Enquête FLAHS 2010

*French League Against Hypertension Survey  
(FLAHS)*

L'hypertension  
et la qualité du sommeil

# Enquête FLAHS 2010

## Durée du sommeil

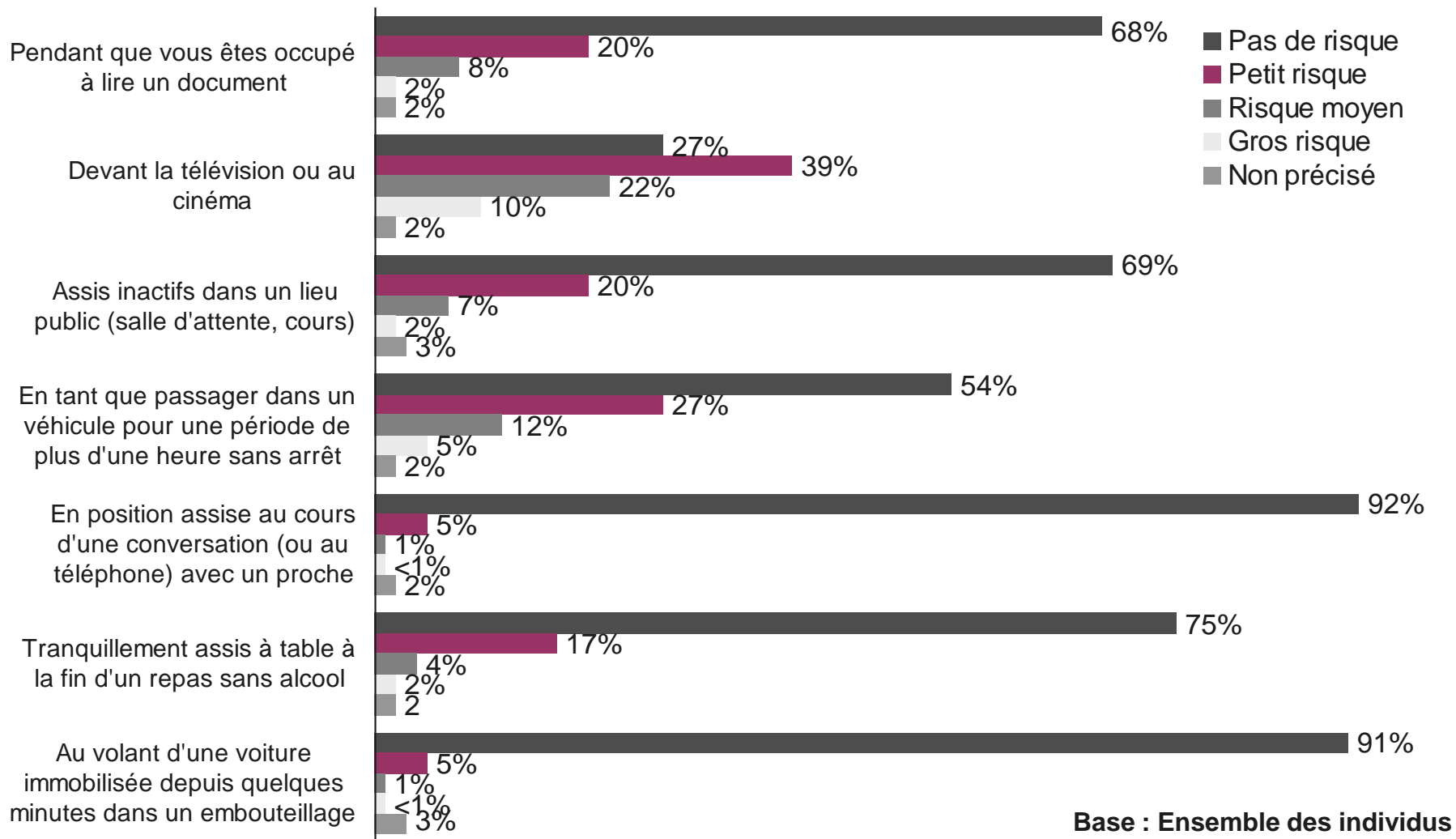


Base : Ensemble des individus

Q17 : Au cours du derniers mois, indiquez pour les jours de la semaine, en dehors d'une période de vacances, l'heure habituelle à laquelle vous vous couchez/levez.

# Enquête FLAHS 2010

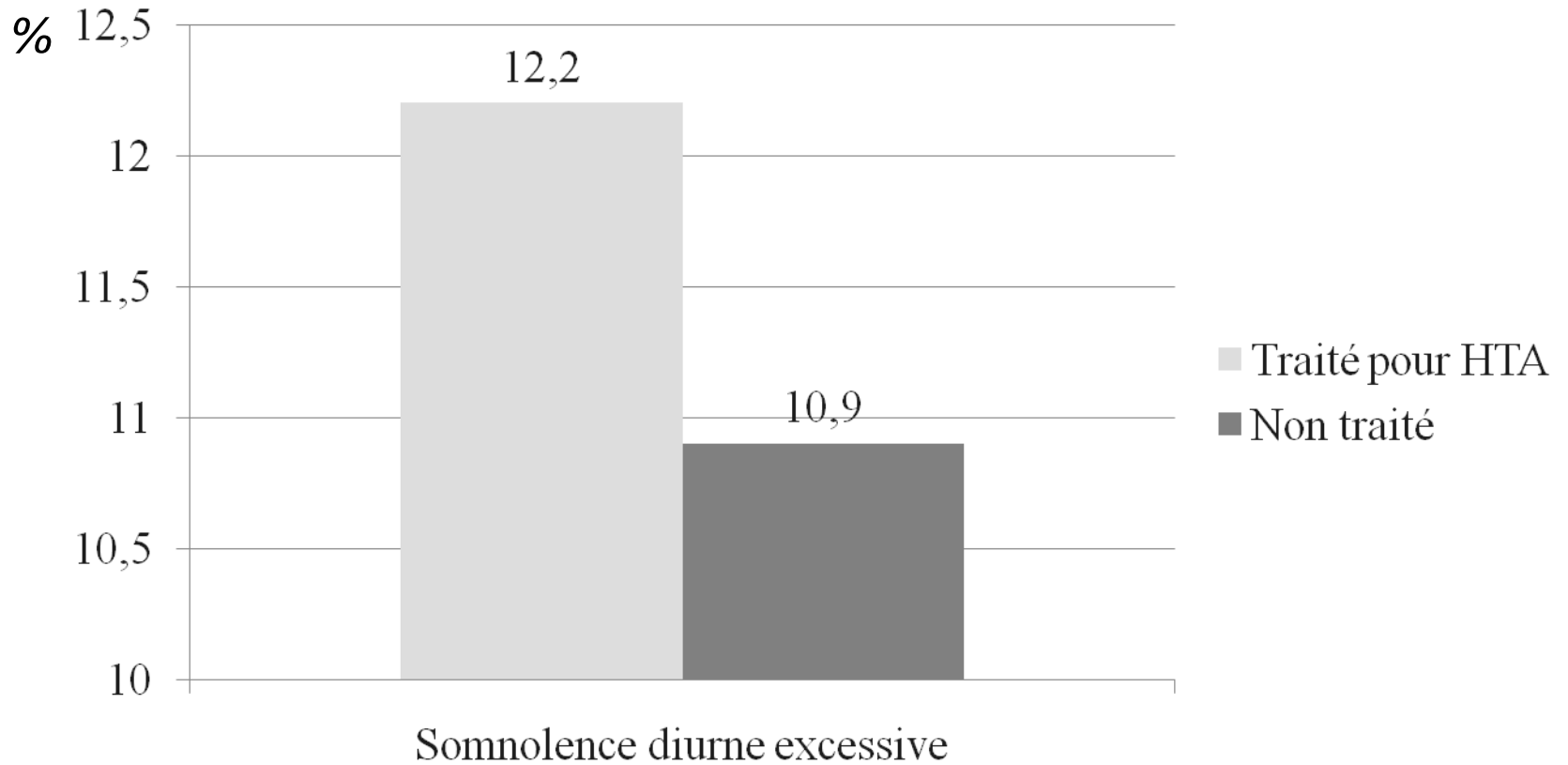
## Échelle de somnolence d'Epworth



Q23 : Dans les situations suivantes, indiquez votre risque de vous endormir ou de somnoler (dans la journée), si vous n'êtes pas stimulé

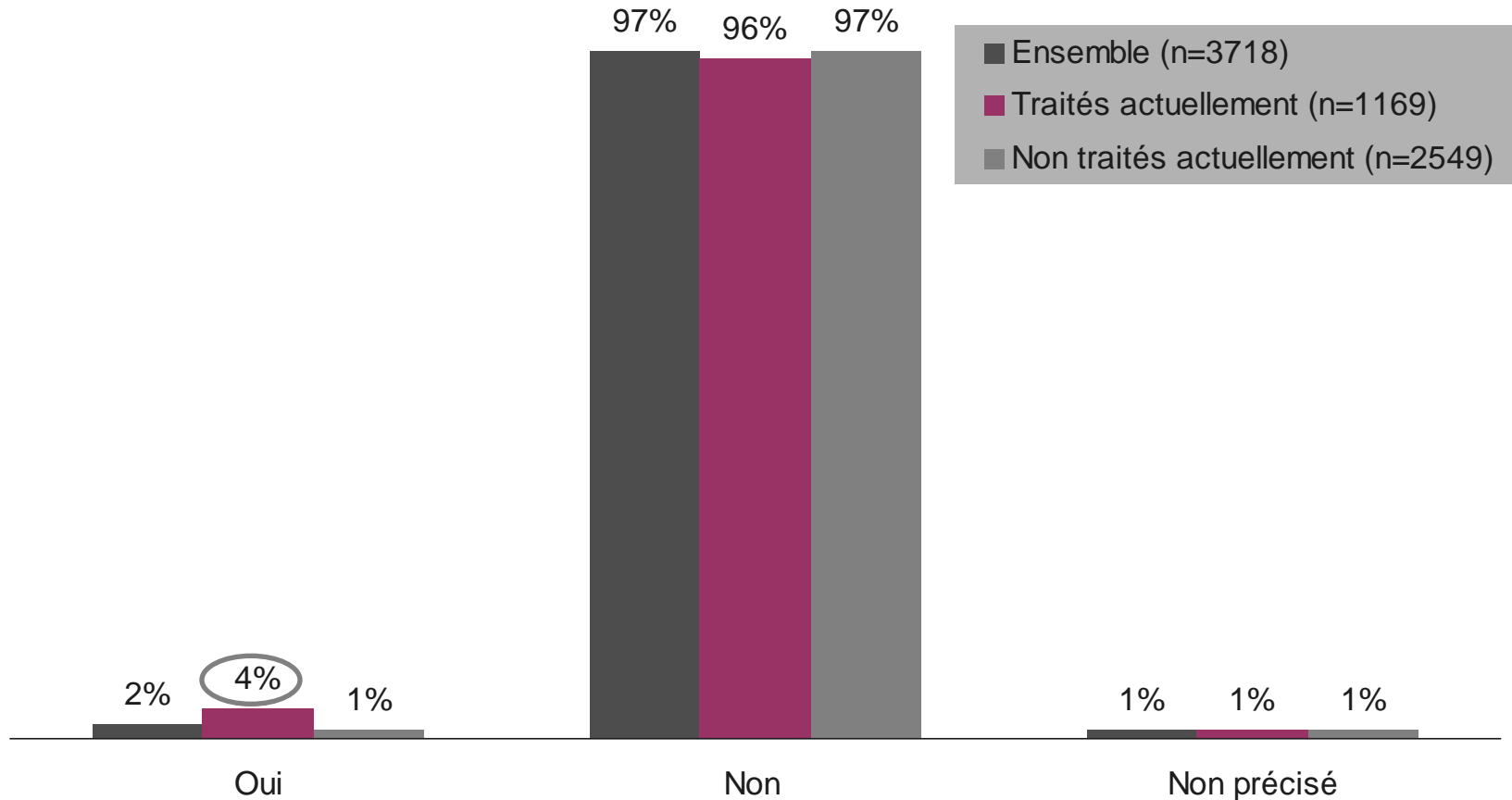
# Enquête FLAHS 2010

*Échelle de somnolence d'Epworth*



# Enquête FLAHS 2010

## Traitement d'une apnée du sommeil

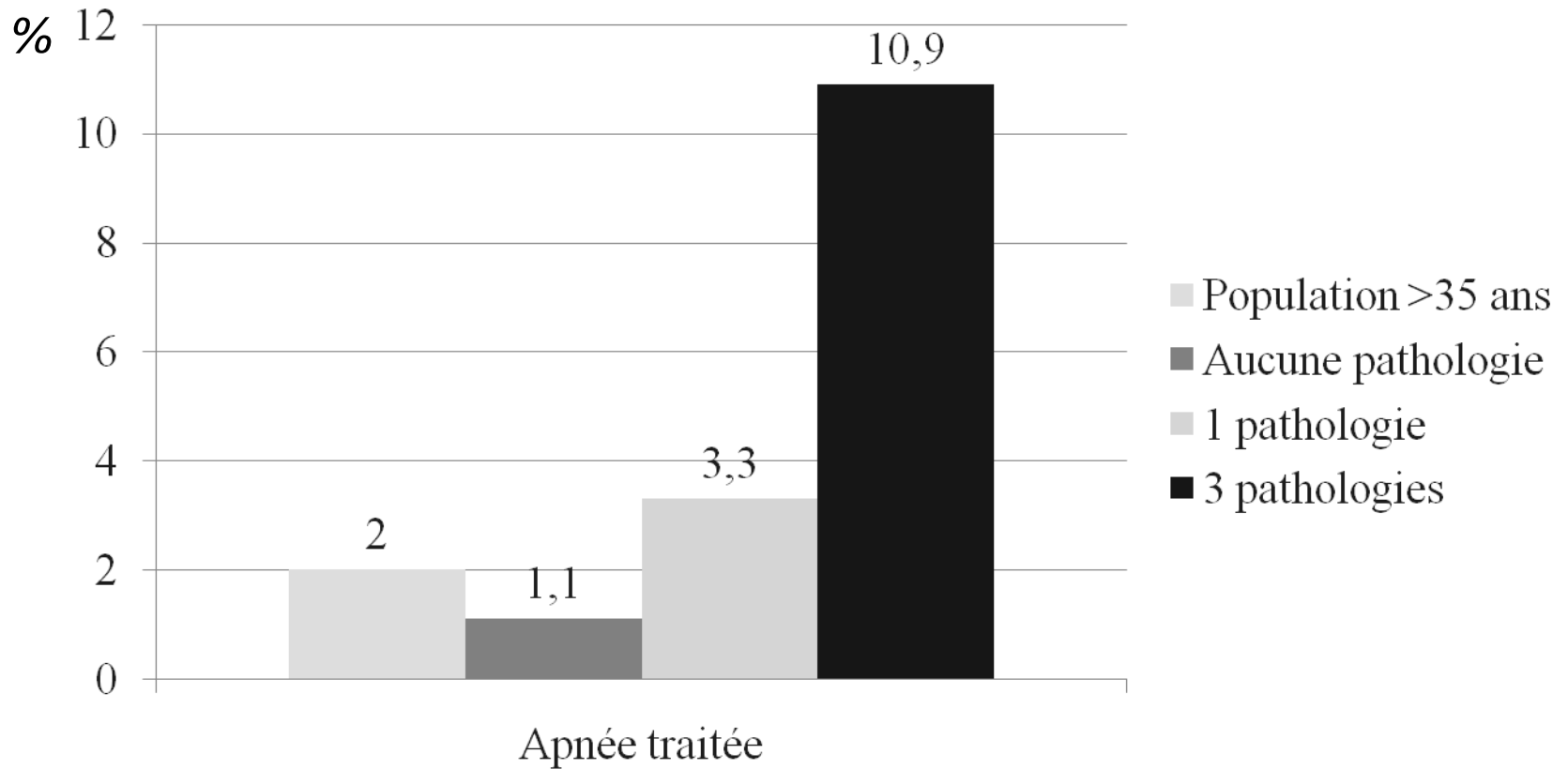


Base : Ensemble des individus

Q22 : Actuellement, êtes-vous soigné pour une apnée du sommeil?

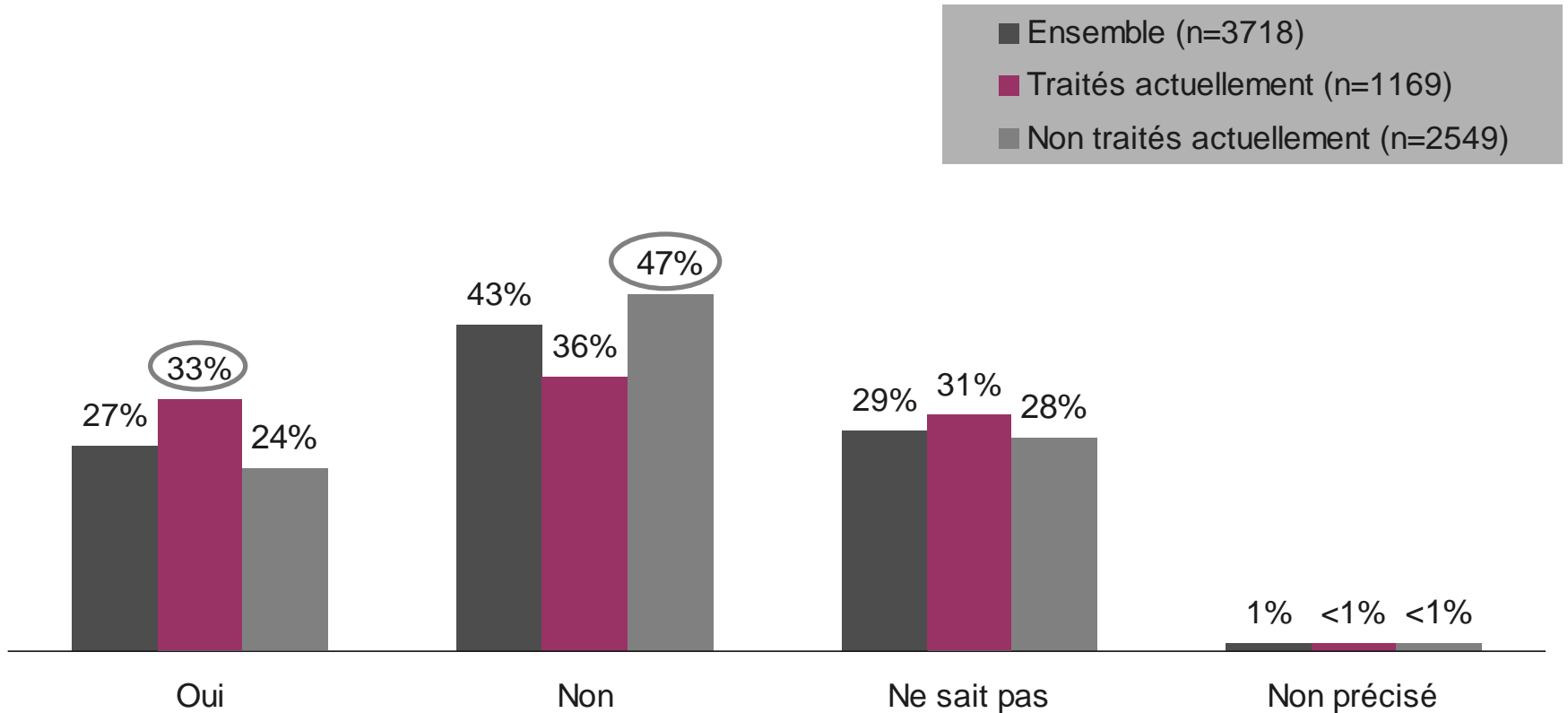
# Enquête FLAHS 2010

*Apnée du sommeil traitée*



# Enquête FLAHS 2010

## Signalement de ronflements réguliers



Base : Ensemble des individus

Q24 : Actuellement, ronflez-vous à chacune de vos nuits?

# Enquête FLAHS 2010

## *French League Against Hypertension Survey*

- moins de 2 % des hypertendus ont une durée de sommeil inférieure à 6 heures, et 40 % une durée inférieure à 8 heures,
- Les ronflements sont plus souvent observés chez les hypertendus que dans la population en général (33 % vs 24 %) et sont plus fréquents en présence d'un excès de poids,
- les signes de somnolence diurne excessive sont observés chez 12,2 % des sujets hypertendus et chez 10,9 % de la population non hypertendue,
- 1,1 % de la population générale est traitée pour une apnée du sommeil, contre 2,7 % pour les patients ayant une hypertension isolée et 10,9 % pour les patients ayant une hypertension, un diabète et une dyslipidémie (excès de cholestérol)
- enfin, il est montré que 9 patients apnéiques sur 10 sont des patients qui s'ignorent. Il est d'autant plus important d'être attentif à la qualité et à la durée du sommeil pour détecter une éventuelle apnée et bénéficier d'une prise en charge adaptée.