



PRISE EN CHARGE À LA CLINIQUE BRETÉCHÉ

L'enregistrement se fait au cours d'une hospitalisation
d'une nuit de 18h à 10h.

Médecin référent : Dr Anesti GOSPODINOV

Contact : ✉ HDJ.Readaptation@clinique-breteche.fr

☎ 02 51 86 87 41

SE RENDRE À LA CLINIQUE BRETÉCHÉ



Accès en bus :

- Ligne de chronobus C1, arrêts Desaix ou Chanzy.
- Ligne de chronobus C6 passant devant la clinique, arrêt Bretéché.



Accès en tram :

- Ligne de tramway n°2, arrêt St-Mihiel, à 5 minutes à pied.
- Ligne de tramway n°1.
- Gare SNCF à 10 minutes à pied.



Accès en Bicloo :

- Station n°66 Chanzy, face au 23 avenue de Chanzy.



Accès parking :

- En voiture, l'accès se fait par la rue Henri Lasne (possibilité de s'y rendre par le périphérique ou par le centre-ville)
Un parking payant souterrain est à la disposition des patients et visiteurs (merci de prévoir une carte bancaire en sortie).

Clinique Bretéché

3 rue de la Béraudière BP 54613 . 44046 NANTES CEDEX 1



ELSAN
CLINIQUE BRETÉCHÉ



VOUS SOUFFREZ D'APNÉE DU SOMMEIL ?





DÉFINITION



L'apnée du sommeil est un trouble respiratoire du sommeil qui se caractérise par des pauses respiratoires de 10 à 30 secondes, accompagné de ronflement, plusieurs dizaines de fois par heure.

Facteurs aggravants : Une surcharge pondérale et un tour du cou élevé.

Mécanisme : Relâchement des muscles du pharynx.



La reprise de la respiration est liée à des micro-éveils qui perturbent le sommeil. Le sommeil n'est plus du tout réparateur.



Les risques encourus :

- Complications cardio-vasculaires
- Risques cérébro-vasculaires
- Fatigue, baisse de la concentration
- Irritabilité, dépression
- Risques sécuritaires (somnolence diurne, somnolence au volant et au travail)

Les signes caractéristiques :

LA NUIT :

- Ronflements
- Réveils pour aller aux toilettes
- Pauses respiratoires détectées par le conjoint
- Libido diminuée
- Maux de tête aux réveil

LA JOURNÉE :

- Fatigue, somnolence
- Irritabilité, déprime
- Difficultés à se concentrer

ÉCHELLE DE SOMNOLENCE D'EPWORTH

- 0 = aucune chance de somnoler ou de s'endormir
- 1 = faible chance de s'endormir
- 2 = chance moyenne de s'endormir
- 3 = forte chance de s'endormir

SITUATION	CHANCE DE S'ENDORMIR
Assis en train de lire	0 1 2 3
En train de regarder la télévision	0 1 2 3
Assis, inactif dans un lieu public (cinéma, théâtre, etc)	0 1 2 3
Comme passager d'une voiture ou transport en commun roulant sans arrêt pendant 1h	0 1 2 3
Allongé l'après-midi lorsque les circonstances le permettent	0 1 2 3
Etant assis en parlant avec quelqu'un	0 1 2 3
Assis au calme après un déjeuner sans alcool	0 1 2 3
Dans une voiture immobilisée depuis quelques minutes	0 1 2 3



DIAGNOSTIC



En fonction des symptômes et du score de l'échelle de somnolence d'Epworth, le médecin peut décider de faire passer un examen complémentaire (polygraphie ou polysomnographie) pour établir un diagnostic précis.

Polygraphie : enregistrement de la respiration (nez, bouche), du ronflement, du mouvement du thorax, du mouvement de l'abdomen, du taux d'oxygène dans le sang et de la position du corps et du sommeil.



TRAITEMENT



L'OAM (Orthèse d'Avancée Mandibulaire) est couramment utilisée pour traiter les formes légères à modérées d'apnée du sommeil. Elle aide à réduire les symptômes et les effets du syndrome en déplaçant la mâchoire inférieure vers l'avant, ce qui permet d'augmenter la place derrière la langue dans le pharynx (gorge).

La PPC (Pression Positive Continue) est un dispositif médical qui prélève de l'air ambiant et génère un flux d'air constant sous pression délivré par un masque. Cette pression permet de maintenir ouvertes les voies aériennes supérieures et supprime ainsi les apnées.

J'optimise le sommeil et la qualité de vie :

- En surveillant mon poids (l'apnée obstructive du sommeil est souvent liée au surpoids)
- En pratiquant des exercices physiques (marche, vélo, natation)
- En évitant la prise d'alcool le soir
- En arrêtant de fumer



Médecin référent : Dr Anesti GOSPODINOV

Contact :  **HDJ.Readaptation@clinique
-breteche.fr**

 **02 51 86 87 41**

Médecin référent : Dr Anesti GOSPODINOV

Contact :  **HDJ.Readaptation@clinique
-breteche.fr**

 **02 51 86 87 41**

Médecin référent : Dr Anesti GOSPODINOV

Contact :  **HDJ.Readaptation@clinique
-breteche.fr**

 **02 51 86 87 41**

Médecin référent : Dr Anesti GOSPODINOV

Contact :  **HDJ.Readaptation@clinique
-breteche.fr**

 **02 51 86 87 41**

Médecin référent : Dr Anesti GOSPODINOV

Contact :  **HDJ.Readaptation@clinique
-breteche.fr**

 **02 51 86 87 41**

Médecin référent : Dr Anesti GOSPODINOV

Contact :  **HDJ.Readaptation@clinique
-breteche.fr**

 **02 51 86 87 41**

Médecin référent : Dr Anesti GOSPODINOV

Contact :  **HDJ.Readaptation@clinique
-breteche.fr**

 **02 51 86 87 41**

Médecin référent : Dr Anesti GOSPODINOV

Contact :  **HDJ.Readaptation@clinique
-breteche.fr**

 **02 51 86 87 41**

Médecin référent : Dr Anesti GOSPODINOV

Contact :  **HDJ.Readaptation@clinique
-breteche.fr**

 **02 51 86 87 41**

Médecin référent : Dr Anesti GOSPODINOV

Contact :  **HDJ.Readaptation@clinique
-breteche.fr**

 **02 51 86 87 41**

CONTACTEZ LA CLINIQUE BRETÉCHÉ

Médecin référent : Dr GOSPODINOV



HDJ.Readaptation@clinique-breteche.fr



02 51 86 87 41

CONTACTEZ LA CLINIQUE BRETÉCHÉ

Médecin référent : Dr GOSPODINOV



HDJ.Readaptation@clinique-breteche.fr



02 51 86 87 41

CONTACTEZ LA CLINIQUE BRETÉCHÉ

Médecin référent : Dr GOSPODINOV



HDJ.Readaptation@clinique-breteche.fr



02 51 86 87 41

CONTACTEZ LA CLINIQUE BRETÉCHÉ

Médecin référent : Dr GOSPODINOV



HDJ.Readaptation@clinique-breteche.fr



02 51 86 87 41



ELSAN

CLINIQUE BRETÉCHÉ



ELSAN

CLINIQUE BRETÉCHÉ



ELSAN

CLINIQUE BRETÉCHÉ



ELSAN

CLINIQUE BRETÉCHÉ



ELSAN

CLINIQUE BRETÉCHÉ



ELSAN

CLINIQUE BRETÉCHÉ



ELSAN

CLINIQUE BRETÉCHÉ



ELSAN

CLINIQUE BRETÉCHÉ



ELSAN

CLINIQUE BRETÉCHÉ



ELSAN

CLINIQUE BRETÉCHÉ