

L'enjeu majeur des troubles du sommeil dans la schizophrénie

Les troubles du sommeil sont un phénomène fréquent chez les personnes atteintes de schizophrénie. A ce jour, peu de recherches se sont intéressées à sa prévalence et aux facteurs de risque associés. Une étude menée au sein des 10 Centres Experts FondaMental Schizophrénie, publiée dans Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry, révèle une forte prévalence qui impacte la qualité de vie des patients, et permet d'identifier plusieurs facteurs sur lesquels agir.

Les troubles du sommeil sont une comorbidité fréquente en psychiatrie. Bien que la proportion des troubles du sommeil dans la schizophrénie soit importante, elle n'a jamais été mesurée à ce jour dans des études longitudinales.

Il est donc pertinent d'explorer les troubles du sommeil pour **améliorer à la fois la qualité de vie des patients mais aussi le traitement de base qui leur est prescrit.**

Plus d'1 patient sur 2 souffrent de troubles du sommeil

Grâce aux données cliniques recueillies dans les 10 Centres Experts Schizophrénie de la Fondation FondaMental, l'étude a pu être menée sur la cohorte nationale FACE-SZ. Les chercheurs ont fait passer des questionnaires de précision à **562 patients suivis au sein des Centres Experts FondaMental**. L'objectif de cette étude était de déterminer **la prévalence et les facteurs de risque des troubles du sommeil**.

« D'après notre expérience clinique, notre hypothèse était que les troubles du sommeil seraient fréquents et associés à une dépression majeure, à une diminution de l'activité physique, à une mauvaise observance et aux effets secondaires des traitements. » explique **Pierre-Louis Sunhary de Verville**, psychiatre à l'Assistance Publique des Hôpitaux de Marseille.

Le résultat est sans appel : 58% des patients rapportent au moins un trouble du sommeil parmi les troubles d'endormissement, les réveils nocturnes, l'excès de sommeil ou la somnolence pendant la journée.

Cela représente **plus d'un patient sur 2, soit plus de quatre fois la prévalence des troubles du sommeil dans la population générale française (13,1%)** et plus de cinq fois la prévalence mondiale (10%).

« Cette fréquence élevée confirme que **l'évaluation et la prise en charge des troubles du sommeil sont un enjeu majeur chez les personnes atteintes de schizophrénie.** » souligne Pierre-Louis Sunhary de Verville.

Identification de plusieurs facteurs

Cette étude a démontré que **la qualité de vie des patients était fortement impactée** par les troubles du sommeil. Les chercheurs ont ainsi identifié **des facteurs explicatifs qui pourraient représenter des cibles d'intervention**, tels que :

- la migraine,
- l'épisode dépressif,
- une mauvaise adhérence au traitement,
- l'akathisie (impossibilité de s'asseoir ou de rester dans la position assise, un besoin irréprensible d'agitation), un effet secondaire de certains antipsychotiques.

Les Centres Experts FondaMental au service des patients

« *Les Centres Experts proposent **des interventions multi-facettes comme la psychothérapie ou les modifications de traitement** qui peuvent améliorer les troubles du sommeil dans la schizophrénie* » témoigne le **Dr Guillaume Fond, psychiatre et chercheur au sein des Centres Experts FondaMental Schizophrénie**.

Par exemple, la **thérapie cognitive et comportementale pour l'insomnie (TCC-I)** est une psychothérapie spécifique au traitement des troubles du sommeil qui a montré son efficacité dans un essai randomisé contrôlé chez des patients schizophrènes.

L'amélioration de l'observance, le traitement du trouble dépressif majeur et la correction de l'akathisie apparaissent comme les meilleures stratégies pour améliorer la qualité du sommeil des patients schizophrènes. « *Nos résultats suggèrent également que **traiter les troubles du sommeil pourrait potentiellement améliorer l'observance du traitement, la dépression, l'agressivité et la qualité de vie des patients*** » explique le Dr Guillaume Fond. Des études complémentaires sont nécessaires pour confirmer l'efficacité de ces interventions.

Source : Pierre-Louis Sunhary de Verville, Marion Leboyer, Guillaume Fond et al.
15 janvier 2021

Intégralité de l'article ***Recommendations of the Schizophrenia Expert Center network for the screening prevention and treatment of sleep disorders based on the results from the real-world schizophrenia FACE-SZ national cohort*** :

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0278584621000348> ou
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33582207/>

À propos de la Fondation FondaMental

La Fondation FondaMental est une fondation de recherche dédiée à la lutte contre les maladies mentales, elle allie soins et recherche de pointe pour promouvoir une prise en charge personnalisée et multidisciplinaire des troubles psychiatriques sévères. Elle peut recevoir des dons et des legs.

www.fondation-fondamental.org

Contact presse : Agence the Desk – Laurence de la Touche 06 09 11 11 32- laurence@agencethedesk.com