

ETP  
Sommeil

ETP  
Sommeil

Docteur Evelyne BIDEGARAY

Praticien Hospitalier

Service de PNEUMOLOGIE



**Groupe Hospitalier Public  
du Sud de l'Oise  
Site de Creil  
Boulevard Laennec  
60109 Creil cedex**

**03.44.61.60.00**

# **Éducation Thérapeutique du patient ayant un Syndrome d'Apnée du Sommeil:**

## **document de synthèse**

En France 7 % de la population présente un trouble respiratoire nocturne (SAS).

Le SAS est le plus souvent lié à un surpoids ou une obésité, et représente un facteur de risque cardiovasculaire associé.

Les hommes sont majoritairement touchés.

La demande de dépistage est en nette augmentation .

# Population concernée

Il s'agit d'hommes et de femmes (avec une plus forte proportion d'hommes ), dont l'âge moyen se situe vers 40- 50 ans.

La population concernée est celle de Creil et communes environnantes soit d'un niveau socio-économique et culturel souvent modéré.

Parfois sans moyen de transport pour se rendre au Pôle de prévention situé sur le site de Senlis.

# Éducation Thérapeutique du patient ayant un Syndrome d'Apnée du Sommeil

L'objectif de cette démarche éducative est d'aider le patient porteur d'un SAS :

à améliorer le suivi de son traitement par PPC (pression positive continue) par une meilleure connaissance de la maladie, du traitement, et du matériel

à améliorer son comportement nutritionnel,

à augmenter son activité physique.

# **Premier entretien en consultation individuelle avec le Médecin du Sommeil**

Le patient est adressé par un confrère ou vient de lui  
même consulter devant une suspicion de

Syndrome d'Apnée du Sommeil

# Premier entretien

## La Consultation n°1

S'appuie sur un **Questionnaire médical** en vue d'évaluer cliniquement

- La possibilité d'un SAS
- Sa gravité potentielle ( somnolence diurne excessive)
- Les facteurs de risque Cardio-vasculaires associés
- Les autres comorbidités

# Premier entretien

**La consultation n°1** permettra de

- Décider quel examen complémentaire (Polygraphie ambulatoire ou Polysomnographie) devra être pratiqué pour confirmer et définir la sévérité d'un SAS.
- D'expliquer les causes d'un SAS brièvement .
- De donner des explications sur la suite du **parcours**.
- Un document explicatif et synthétique est remis.



Le diagnostic de SAS est porté  
soit par Polygraphie soit par  
Polysomnographie

Le patient est contacté par le secrétariat et  
un RDV en consultation individuelle avec le Médecin lui  
est donné afin de l'informer de la sévérité du SAS et lui  
proposer un traitement

Patients ciblés (environ 100 patients par an)

## Le diagnostic de SAS est porté ...

Lors de cette consultation les différentes options thérapeutiques lui seront présentées.

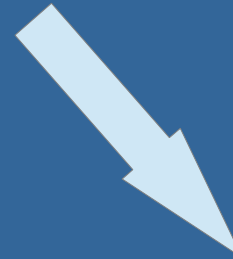
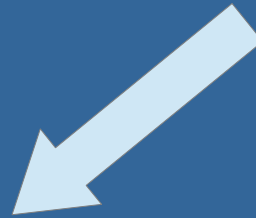
En cas de traitement par PPC il lui sera proposé d'intégrer un programme d'Education thérapeutique.

Patients ciblés (environ 100 patients par an)

# INFORMATIONS données au patient

- Connaître la maladie, ses causes et ses conséquences en participant à une 1ère réunion d'information (Atelier 1).
- Connaître les différents traitements proposés.
- Connaître les intervenants dans le parcours de soins.
- Évaluer les compétences du patient à gérer sa maladie et son traitement.
- Identifier avec lui ses besoins et ses priorités en prenant compte ses difficultés.

Détermination du patient à intégrer le programme d'ETP  
Appareillage par PPC



OUI

1er entretien individuel pour établir le Diagnostic  
Educatif  
remise d'un dossier d'éducation thérapeutique

NON

Consultation individuelle

# Le diagnostic éducatif :

Entretien avec l'IDE ou Diététicien à 15 jours de l'appareillage

Le Diagnostic éducatif est établi avec le patient.

Un document explicatif et synthétique est remis.

Pour expliquer le parcours de soin.

Le Dossier d'éducation thérapeutique informatisé est complété.

Temps dédié :

(1/2 journée 2 fois par mois (1/2 heure par patient)

Un courrier au médecin traitant est rédigé ( cf texte joint )

# Le Diagnostic éducatif

## 1,Dimension biomédicale

pouvez vous m'expliquer votre maladie ?

Quel traitement vous a été proposé ?

Quels sont les symptômes de la maladie qui vous ont amené à consulter et qui vous gênent ?

Présentez vous d'autres problèmes de santé Pensez vous qu'il puisse y avoir un lien entre ces problèmes de santé ?

## 2, Dimension socioprofessionnelle

êtes vous marié , ? avez vous des enfants ? Quelles sont les personnes qui vous soutiennent ?

Quelle est votre profession ? Quels sont vos horaires de travail ? Votre temps de trajet ?

Quels sont vos activités de loisir ? Faites vous un sport et cela combien de temps par semaine ?

# Diagnostic éducatif:suite

## 3. DIMENSION COGNITIVE

Pouvez vous m'expliquer pourquoi vous arrêtez de respirer durant votre sommeil à de nombreuses reprises ? Selon vous qu'est qui favorise ce problème

Avez vous compris le mode de fonctionnement d'une PPC ?

Quels résultats attendez vous de ce traitement ?

Quels sont les problèmes majeurs engendrés par votre maladie ?

Quelles sont vos plus grandes craintes concernant votre maladie ?

## 4. DIMENSION PSYCHO AFFECTIVE

quelles sont les personnes qui vous entourent ?

Connaissent elles votre maladie ?

Pensez vous que le fait de mettre un masque la nuit puisse être un problème dans votre couple ? Etes vous gêné quand à votre image

## 5. PROJETS DE VIE DU PATIENT

Quels sont vos projets ?

Quels moyens voyez vous pour y parvenir ?

Voyez vous des obstacles à ce ou ces projets ?

Est ce que l'opinion de votre entourage sur les comportements à adopter pour y parvenir vous semble importante

# Le diagnostic éducatif :

A l'issue de l'entretien un parcours personnalisé lui sera proposé

Atelier n°1 Connaissance de la maladie , traitement par PPC

Atelier n°1bis ( de sécurité) Matériel et entretien au domicile du patient par un technicien d'une société prestataire de Ventilation( charte de confidentialité )et formé à l'ETP

Entretien individuel avec IDE ou diététicien à 1 mois

Atelier n°2 SAS et Alimentation

Atelier n°3 Image de soi

Entretien individuel avec Médecin du Sommeil à 3 mois

Consultations individuelles avec diététicien, psychologue

Entretien individuel avec IDE ou diététicien à 6 mois

Entretien individuel avec Médecin du Sommeil à 1 an



## ATELIER N°1 CONNAISSANCE DE LA MALADIE

| THEMES                                                                                                                                                                                                                                  | OBJECTIFS                                                                                                                                  | COMPETENCES CIBLEES DU PATIENT                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | SUPPORTS OU TECHNIQUES PÉDAGOGIQUES                                                                                                                                                         | INTERVENANTS                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Connaissance De la Maladie</p> <p>à l'hôpital</p> <p>Fréquence<br/>2 fois par mois</p> <p>Participant :<br/>6 à 8 patients</p> <p>Temps médical :<br/>30 à 45 min</p> <p>Temps technicien :<br/>1h</p> <p>Temps IDE :<br/>30 min</p> | <p>Optimiser la connaissance du patient :</p> <p>-sur sa maladie</p> <p>-ses conséquences</p> <p>- les différents traitements proposés</p> | <p>-Définir simplement le SAHOS</p> <p>-Citer les facteurs favorisants et</p> <p>-Identifier les siens</p> <p>Identifier les symptômes du SAS</p> <p>-Pouvoir citer les complications</p> <p>-Identifier les situations à risque de somnolence et</p> <p>décrire des stratégies d'adaptation</p> <p>-Citer les différents traitements du SAS et leur mode d'action</p> <p>-Savoir avoir recours au technicien de la Société de ventilation</p> | <p>Film de témoignage patients</p> <p>Diapositives avec planches anatomiques</p> <p>Exposition de Matériel de ventilation PPC et masques</p> <p>Modèle d'Orthèse D'avancée mandibulaire</p> | <p>Médecin du Sommeil</p> <p>IDE formé(e) au Sommeil</p> <p>Technicien d'une société prestataire dans la Ventilation (pouvant être un(e) IDE )</p> <p>Charte de Confidentialité Formé à l'ETP</p> |

## ATELIER N°1bis MATERIEL & ENTRETIEN

| THEMES                                                                                                                                                                                                                                                            | OBJECTIFS                                                                                                                                                                                  | COMPETENCES CIBLEES DU PATIENT                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | SUPPORTS OU TECHNIQUES PÉDAGOGIQUES                                                                                                           | INTERVENANTS                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Au domicile du patient</p> <p>Fréquence :<br/>1ère visite d'installation (1heure)</p> <p>Contact téléphonique par IDE à 2 jours</p> <p>Visite de suivi à 8 jours puis à 1 mois</p> <p>Participant :<br/>Le patient et son entourage (famille ou soignants)</p> | <p>Optimiser la connaissance du patient sur le mode d'emploi du masque et de la PPC</p> <p>Optimiser la connaissance du patient sur les complications liées à une mauvaise utilisation</p> | <p>Mise en place du harnais et du masque</p> <p>Repérer les fuites au masque et les signes d'intolérance</p> <p>Connaitre les complications liées aux fuites et au port du masque et savoir en informer technicien et/ou médecin</p> <p>Adapter et réajuster le traitement en cas de déplacement, voyage à l'étranger , ou maladie ORL ou pneumologique intercurrente</p> <p>Savoir faire appel au technicien ou Médecin<br/>Si complication ou intolérance</p> | <p>Plusieurs types de masque :</p> <p>Masque nasal<br/>Masque facial<br/>Masque narinaire</p> <p>Carnet de suivi</p> <p>Échelle d'Epworth</p> | <p>Technicien d'une société prestataire dans la Ventilation (Charte de confidentialité et/ou IDE formé à la ventilation) et à l'ETP</p> |

# Entretien d'évaluation avec IDE à 1mois.

A l'aide du carnet de suivi de la société de ventilation on note

L'observance

l'index d'Apnée résiduel sous traitement

A l'aide du Dossier d'Education thérapeutique

On note ce que le patient a acquis comme connaissances de sa maladie sur le traitement proposé et ses aptitudes à l'utiliser

Repérer les différents troubles du Sommeil et la persistance d'une  
Somnolence diurne excessive ( échelle d'Epworth)

Questionnaire de Qualité de vie

On note les difficultés rencontrées notamment psychologiques

On procède à une évaluation du comportement alimentaire du patient et de ses troubles

## Deuxième Entretien en individuel (médecin) précédé de l'entretien d'évaluation avec IDE à 3 mois.

Le médecin du Sommeil reprend avec le patient les observations notées dans le Dossier d'Éducation Thérapeutique.

Va proposer des corrections au traitement si besoin.

Et orienter le patient vers l'atelier « Nutrition et activité physique ».

Et/ou entretien individuel avec psychologue.

Et/ou entretien individuel avec diététicien.

# Discussion technicien /médecin du Sommeil

1 fois par mois à l'hôpital ( plus entretiens téléphoniques) 1 heure fois 2

Objectif : discuter patients posant problèmes d'Observance ou traitement inadapté ou Insuffisant

Outils /rapport d'Observance

Courbes machine/oxymétrie

Une nouvelle visite est programmée pour corrections

## ATELIER N°2 SAS & ALIMENTATION

| THEMES                                                                                                                            | OBJECTIFS                                                                                                                                                                | COMPETENCES CIBLEES DU PATIENT                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | SUPPORTS OU TECHNIQUES PÉDAGOGIQUES                                                                                                                                                                                                         | INTERVENANTS                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| <p>Fréquence :<br/>1 fois par mois</p> <p>NB de participants :<br/>6 à 8</p> <p>Durée 1h</p> <p>Salle de l'ETP<br/>Du souffle</p> | <p>Optimiser la connaissance du patient sur la compréhension du lien entre son surpoids et sa pathologie</p> <p>Inciter le patient à une reprise d'activité proposés</p> | <p>Comprendre le lien entre SAS et surpoids voire Obésité</p> <p>Repérer ses habitudes alimentaires et d'éventuels troubles du comportement alimentaire</p> <p>Mesurer son degré d'Activité physique</p> <p>Faire connaître ses besoins et informer son entourage</p> <p>Capacité à appliquer les conseils hygiéno-diététiques</p> | <p>Brainstorming<br/>Pré et post tests</p> <p>Balance énergétique</p> <p>Échelle de moindre Sédentarité</p> <p>Remise de coordonnées d'Associations sportives (UFOLEP)</p> <p>Partenariat avec Siel Bleu Picardie en Forme mandibulaire</p> | <p>Diététicien</p> <p>Médecin Sommeil</p> <p>Psychologue</p> <p>IDE</p> |

# Réunion pluridisciplinaire de discussion autour du patient

Fréquence : séance d'une heure 1 fois tous les mois  
1/2heure à 1 heure

Participants : Médecin du Sommeil, Technicien , diététicien,  
psychologue, IDE

Lieu : l'hôpital ( salle de l'Atelier du Souffle

Sujet : patients posant problèmes

Un courrier est rédigé concernant chaque patient

## Réévaluation du Diagnostic éducatif à 6 mois par IDE ou Diététicien.

L' IDE ou le Diététicien reprend avec le patient les observations notées dans le Dossier d'Éducation Thérapeutique

Va réévaluer avec le patient SES COMPETENCES à

- Gérer son matériel ,
- Gérer son poids : compréhension du lien entre SAS et surpoids  
Repérer ses habitudes alimentaires et d'éventuels troubles du comportement
- Mesurer son degré d'activité physique
- Faire connaître ses besoins et alerter son entourage
- Appliquer les conseils hygiéno diététiques
- Faire face à une situation exceptionnelle ( restaurant,voyage ) ou d'ordre psycho affectif ( grignotages , émotions)



## Réévaluation du Diagnostic éducatif à 6 mois par IDE ou Diététicien

Il pourra être proposé au patient de reprendre avec lui les difficultés rencontrées en le réorientant vers le ou les soignants aptes à l'aider dans ses acquisitions.

Entretiens individuels avec diététicien, psychologue, médecin.



# Entretien individuel avec médecin du sommeil à 1 an.

Réévaluation de l' adaptation au traitement par PPC

(tolérance au masque, bruit, humidification)

Réévaluation de l'efficacité de ce traitement sur la Somnolence diurne excessive antérieurement ressentie, la qualité du sommeil et de la veille, la qualité de vie

Réévaluation de l' IMC, des habitudes alimentaires et changements de comportement

Réévaluation de la gestion des autres comorbidités notamment sur le plan cardio-vasculaire

( Renouvellement de la DEP pour la PPC )

Remise d'un questionnaire de satisfaction sur l'ETP SAS

## Éducation thérapeutique du patient ayant un SAS et en surpoids. Évaluation globale

- Rapport d'Observance au traitement PPC
- Taux de patients ayant participé aux différents ateliers
- nombre de consultations DIET individuelles
- nombre de consultations PSY
- Taux de patients ayant participé aux cours d'activité physique
- Taux de patients ayant achevé leur programme personnalisé
- Temps passé par les intervenants
- Nombre de séances réalisées et par type ( individuelles, collectives, en alternance)
- Taux de transmission de documents de synthèse par type au médecin traitant et autres intervenants dans le parcours de soins.

# Résultats 2017

Nombre de patients intégrés dans le programme : 31

Origine géographique : Oise 30 autre 1

16 Femmes      15 Hommes

Age : 2 entre 25 et 40 ans

18 entre 41 et 65

11 de plus de 65 ans

Sur les 31, 3 étaient en situation de forte précarité ( score EPICES)

Nombre de séances collectives 19 soit nombre moyen par patient 4

Nombre de séances individuelles 144 soit 4,6 par patient

Après bilan de Compétences 2 patients sur 31 ont fini l'ETP initiale

# Points forts de la mise en œuvre du programme d'ETP

- 31 patients intégrés en 2017 dont 3 en situation de forte précarité
- Amélioration de la qualité de vie obtenue pour au moins 1/3 de la file active
- Diminution du tour de taille et diminution de la dyspnée d'effort pour 1 patient
- Perte de poids de plus de 10% pour 1 autre patient
- La compréhension de la maladie et l'utilisation de la PPC ont été évaluées à plusieurs reprises
- 30 patients ont amélioré leur observance
- 1 patiente a arrêté l'utilisation de la PPC ( contexte de forte précarité et de fibromyalgie)
- Dynamique de groupe durant les ateliers collectifs NUTRITION
- Améliorations à venir : présenter l'ETP et l'équipe dès le premier atelier
- nécessité de faire appel à des patients témoins

Merci de votre attention !

