



Evaluation subjective de la qualité du sommeil au cours du sevrage tabagique au sein d'une cohorte grenobloise

MÉMOIRE DE TABACOLOGIE

CÉCILE BOSCH

Objectif principal

- ▶ Evaluation de la qualité du sommeil des patients en cours de sevrage en comparaison avec un groupe contrôle
- ▶ Index de qualité de sommeil de Pittsburg
 - ▶ Index validé scientifiquement
 - ▶ Score composite de 7 items coté de 0 à 3
 - ▶ Qualité subjective du sommeil , Latence d'endormissement, Durée
 - ▶ Efficacité, Troubles du sommeil, médicament aidant le sommeil, Retentissement diurne
- ▶ Score / 21, troubles du sommeil en cas de score ≥ 5

Objectifs secondaires

- ▶ Evaluation du tabagisme nocturne au sein de la cohorte
- ▶ Analyse détaillée des modifications subjectives du sommeil au cours du sevrage tabagique

Méthodes

- ▶ Distribution d'un questionnaire à chaque patient venu en consultation de Tabacologie au CHU Grenoble entre le 10 mai et le 17 juillet 2015
- ▶ 2 groupes à postériori :
 - ▶ Groupe « en cours de sevrage tabagique » si la consommation de tabac a diminué d'au moins 50%
 - ▶ Groupe contrôle non sevré
- ▶ Analyses statistiques
 - ▶ à partir des logiciels SAS 9.4 et Excel 2013.
 - ▶ Khi 2, moyennes, pourcentages ..

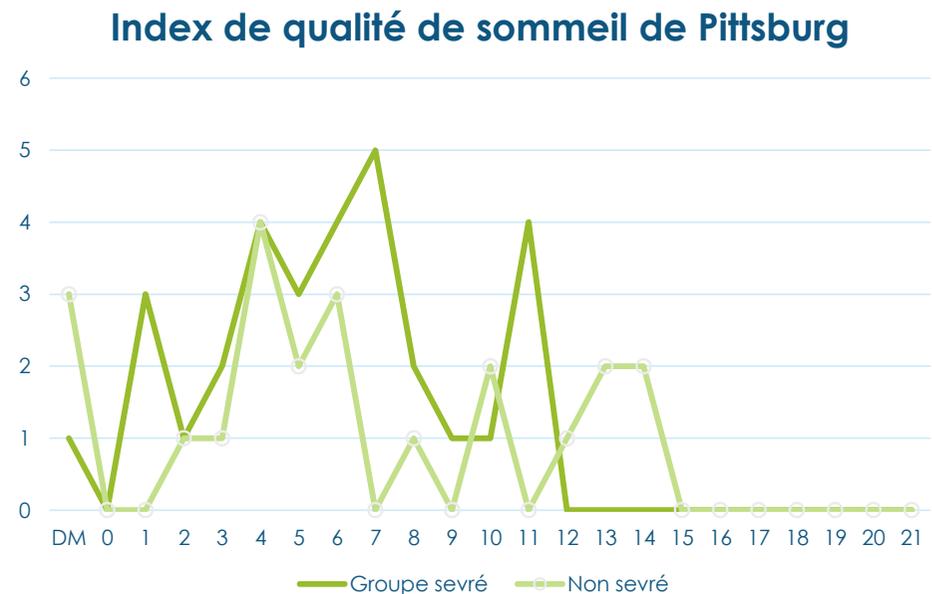
Résultats : population étudiée

- 53 questionnaires
 - 31 patients en cours de sevrage
 - 18 (58%) patients totalement sevrés
 - 13 avec consommation diminuée > 50%.
 - 22 patients non sevrés (59% de 1ere consultation)

| | Groupe « en cours de sevrage tabagique » N = 31 | Groupe « patients non sevrés » N = 22 | P value |
|---|--|--|---------|
| Age, années | 49.3 ± 12.3 (27-68) | 53.8 ± 10.6 (27-73) | 0.18 |
| Sexe, % homme | 51 ± 0 | 32 ± 0 | 0.15 |
| Nombre de cigarettes consommées par jour avant le sevrage | 20.7 ± 10.8 (8-60) | 22.3 ± 9.1 (6-40) | 0.59 |
| Nombre d'années de tabagisme | 27.1 ± 13.6 (1-49) | 34.7 ± 13.0 (7-55) | 0.05 |
| Pratique d'une activité physique hebdomadaire n (%) | 13 (43.3) | 7 (31.8) | 0.4 |
| Anxiété | 3.6 ± 2.3 (0-9) | 5.9 ± 2.9 (0-10) | 0.003 |

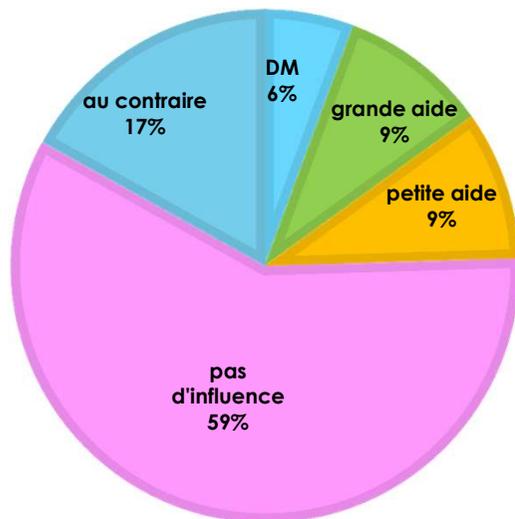
Résultats : qualité du sommeil selon l'index de Pittsburg

- ▶ Bonne qualité du sommeil si PSQI < 5
- ▶ Pas de différence entre les groupes « en cours de sevrage » et « non sevré »
 - ▶ Khi 2 : p : 0,72
 - ▶ Moyenne :
 - ▶ Groupe En cours de sevrage : 6.0 ± 3.0
 - ▶ Groupe Non sevré : 7.5 ± 4.0 (p = 0.14).

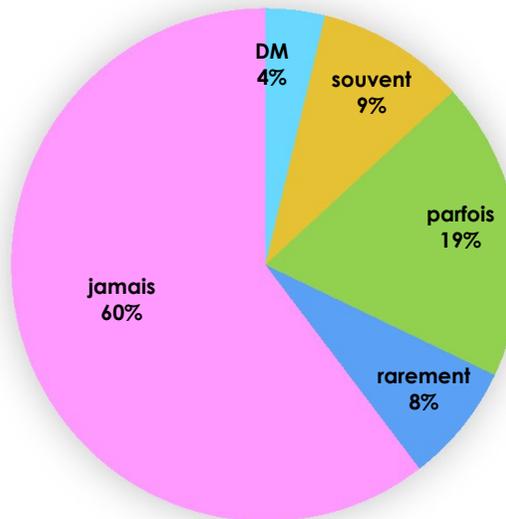


Résultats : habitude de tabagisme nocturne

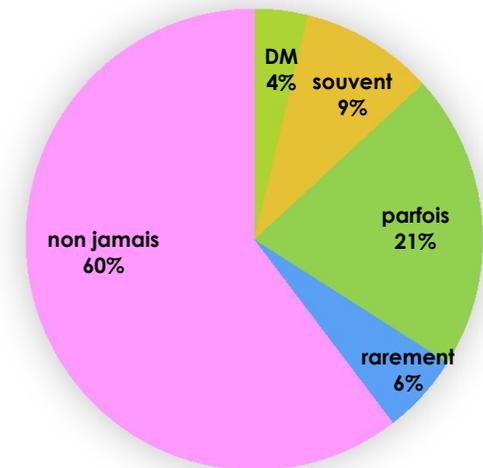
INFLUENCE DE LA DERNIÈRE CIGARETTE SUR L'ENDORMISSEMENT ?



Craving nocturne ?



Fumez vous la nuit ?

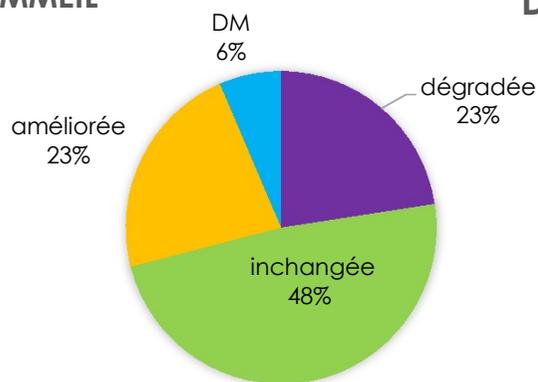


- Amélioration du craving et du tabagisme nocturne en cas de substitution nicotinique ($p : 0.04$).
- Plus de craving et de tabagisme nocturne dans le groupe non sevré ($p < 0.0001$ et $p : 0.0007$)

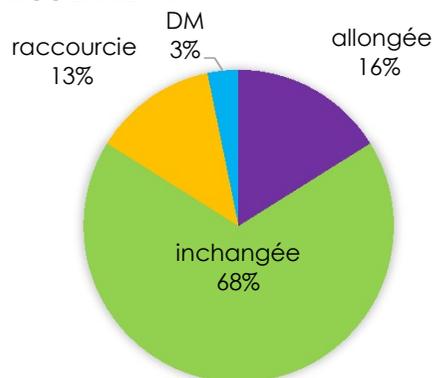
Résultats : modification du sommeil au cours du sevrage tabagique



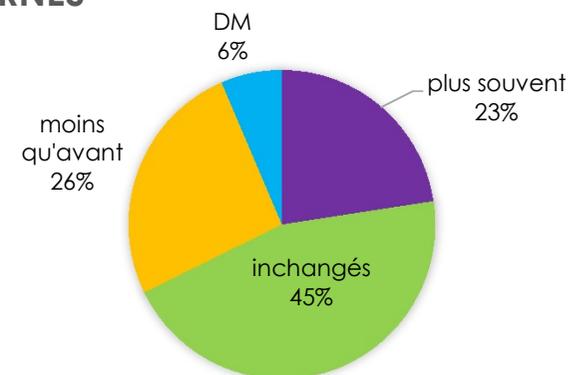
QUALITÉ DU SOMMEIL



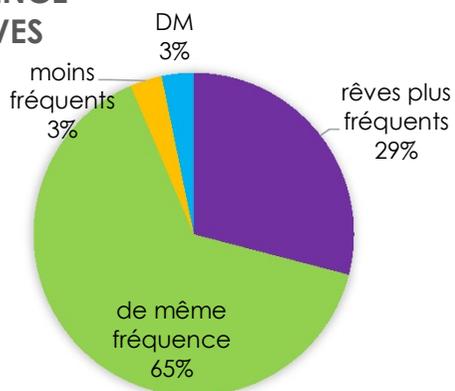
LATENCE D'ENDORMISSEMENT



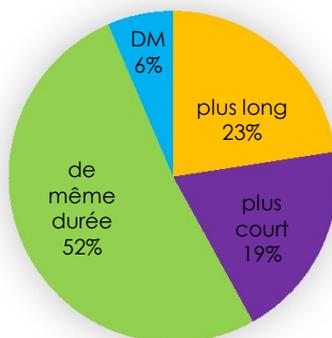
REVEILS NOCTURNES



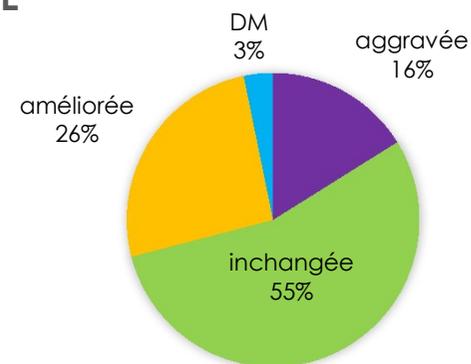
FRÉQUENCE DES RÊVES



TEMPS DE SOMMEIL TOTAL



SOMNOLENCE DIURNE



Résultats : modification du sommeil au cours du sevrage tabagique

- ▶ Dans la majorité pas de plainte ou de modification du sommeil constatée
- ▶ Mais : 23% décrivent une dégradation de la qualité de leur sommeil et une augmentation des réveils nocturnes

- ▶ Augmentation de la fréquence des rêves chez 29% des patients. Rêves « heureux » pour 55% d'entre eux.
- ▶ Pas de modification de la consommation de médicaments chez ceux qui en prenaient
- ▶ 4 patients sujets aux ronflements. 1 seul, obèse, décrit une amélioration mais prise de poids de 6 kg

- ▶ Aucune différence selon les modalités de sevrage
- ▶ Aucune différence selon si les patients étaient substitués ou non.
 - ▶ 21/31 (68%) patients substitués en nicotine. 0 sous Bupropion ou Varénicline.

- ▶ Enfin, **57% des patients de la cohorte entière considèrent que les troubles du sommeil ne sont pas un frein au sevrage. 36% pensent le contraire.**

Discussion

- ▶ 23 % des patients en cours de sevrage décrivent une dégradation de leur sommeil
- ▶ Concordant avec la littérature
- ▶ Décrits comme étant un facteur de rechute précoce
 - ▶ A prendre en compte +++
- ▶ Pas de différence avec les patients non sevrés sur la base de l'index de Pittsburg
 - ▶ MAIS : Faible puissance de l'étude ++