



Troubles du sommeil, mieux les diagnostiquer pour mieux les soigner.
Samedi 18 janvier 2025 – de 09h00 à 13h00 (4 heures)
Salons de l'Hôtel de ville, 1517 Pl de l'Hôtel de ville – Le Havre

Date de publication : 17 juin 2025

Organisateurs :

Dr Matthieu BLONDET, *médecin généraliste*
Dr Alexandre LECLANCHER, Neurologue *GHH*

Contexte :

Les dernières études de l'institut national du sommeil et de la vigilance font le constat suivant : – 37% des Français sont insatisfaits de la qualité de leur sommeil, en majorité les femmes (44%) – Près 6 Français sur 10 se plaignent d'une difficulté de sommeil – Plus d'un quart des Français déclarent souffrir d'un trouble du rythme veille-sommeil – La durée de sommeil est toujours réduite à moins de 7 heures en semaine (6h58) – 8 Français sur 10 se disent concernés par des réveils nocturnes.

Ces troubles du sommeil représentent une plainte fréquente en soins de premier recours et confrontent le médecin généraliste à une réelle difficulté diagnostique et de prise en charge. Il doit savoir orienter l'anamnèse pour recueillir les éléments nécessaires à la qualification de la plainte. Son examen clinique sera conforté par la réalisation d'examens complémentaires ou pas. Il pourra ainsi proposer une solution à une situation souvent péniblement vécue.

Les preuves scientifiques de l'importance du sommeil pour la santé se multiplient depuis quelques années. Les troubles du sommeil constituent ainsi un enjeu majeur de santé publique, en raison de leur fréquence et des conséquences humaines, sociales et économiques. Le médecin doit connaître les caractéristiques du sommeil (besoins en fonction de l'âge, durée, cycles de sommeil, ...), les troubles du sommeil (insomnie, problème d'endormissement, réveil nocturne, hypersomnie, ...) et les modalités de repérage, d'identification et de prise en charge des troubles du sommeil.

Objectifs pédagogiques :

- Améliorer le raisonnement clinique autour des troubles du sommeil
- Identifier un sommeil normal d'un sommeil pathologique.
- Recueillir les données de l'interrogatoire de l'examen et formuler des hypothèses autour des troubles du sommeil
- Savoir orienter les explorations complémentaires en fonction de la prévalence des maladies.
- Aborder la question de la thérapeutique

ahfmc.secretariat@gmail.com -06 74 85 33 20

114 rue Jules Siegfried 76600 LE HAVRE

www.ahfmc.fr

Accréditation QUALIOPI Action de formation N° 5-0616

Agrément DREETS N° 23760216076

Agrément DPC N° 4756 – Agrément FAF-PM N°2669

N° Siret : 38871722500022



Intervenants- experts

- Neurologue, spécialiste du sommeil
- Médecin généraliste

En pratique :

Date : Samedi 18 janvier 2025
Date limite d'inscription : 18 janvier 2025
Horaires : de 09 h 00 à 13 h 00
Durée : 4 heures de formation
Format : Présentiel
Lieu : Salons de l'Hôtel de ville, 1517 Pl de l'Hôtel de ville – Le Havre

Public : Médecin généraliste
Prérequis : pas de prérequis
Public en situation de handicap : nous contacter

Programme accessible au DPC pour les
médecins généralistes – Programme
N°47562425014

<https://www.agencedpc.fr/professionnel/>

Frais d'inscription

[adhésion AHFMC 2025](#)

Médecin (installé ou remplaçant), dès la 2ème année d'exercice : 100 €
Médecin (installé ou remplaçant), 1ère année d'exercice : 50 €
Médecin salarié ou retraité : 50 €
Interne en médecine : gratuit

Contact : ahfmc.secretariat@gmail.com – 06 74 85 33 20

Déroulement de la formation et méthode pédagogique :

Méthode présentielle, affirmative associant méthode interrogative et expositive

Evaluation :

- Pré-test envoyé entre J-2 et J 0,
- Post test envoyé entre J0 et J+2 semaines
- Evaluation envoyée entre J0 et J+2 semaines

ahfmc.secretariat@gmail.com -06 74 85 33 20

114 rue Jules Siegfried 76600 LE HAVRE

www.ahfmc.fr

Accréditation QUALIOPI Action de formation N° 5-0616

Agrément DREETS N° 23760216076

Agrément DPC N° 4756 – Agrément FAF-PM N°2669

N° Siret : 38871722500022

