

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

Université Abou Bekr BELKAID - Tlemcen  
Faculté de médecine  
Dr. B. BENZERDJEB



جامعة أبي بكر بلقايد - تلمسان  
كلية الطب  
د. ب. بن زرجب

Tél : (213) 43 41 45 78 - 43 41 49 54 Fax : (213) 43 20 29 80 – site web : www.univ-tlemcen.dz

## CERTIFICAT EN MEDECINE DU SOMMEIL

Arrêté n° 1786 du 24 décembre 2016 Portant création d'un certificat de  
sur spécialisation en Médecine du Sommeil

### Dénomination de la formation

Diplôme de sur spécialité en médecine du sommeil

Référence. Arrêté ministériel Arrêté N° 1786 du 24 décembre 2016 portant création d'un  
certificat de sur spécialisation en Médecine du Sommeil

### 01. Buts de la formation

Le diplôme universitaire en « la médecine du sommeil » comporte les objectifs suivants :

1. Approfondir les approches diagnostiques et thérapeutiques existantes en cas d'anomalies du sommeil.
2. Acquérir une compétence pratique dans la réalisation, la lecture et l'analyse des examens du sommeil.
3. Prise en charge des patients qui présentent une pathologie du sommeil.

## **02. La population cible**

L'accès au certificat de sur spécialisation en sciences médicales en « médecine du sommeil » est ouvert aux candidats titulaires du diplôme d'études médicales spécialisées.

## **03.- Objectifs généraux de la formation**

- 1- Initiation à la physiologie et à la neurobiologie du sommeil
- 2- Acquérir une compréhension approfondie du phénomène du sommeil, son substrat neurologique, son évolution avec l'âge, ses déterminants et caractéristiques.
- 3- Comprendre les symptômes lorsque le sommeil se dérègle, se dégrade ou est cause de pathologie.
- 4- Comprendre les répercussions des pathologies somatiques ou psychiatriques sur le sommeil.

## **4- Bénéfices attendus sur le plan universitaire et sanitaire**

- 1- Faire connaître le problème des troubles du sommeil et de la vigilance comme une priorité en santé publique.
- 2- Favoriser la connaissance et le respect du sommeil au niveau de l'ensemble de la population
- 3- Mettre en place une recherche : des actions et des protocoles d'évaluation portant sur les actions de prévention et d'éducation pour la santé sur le thème du sommeil identifiant le sommeil comme un vrai problème de santé publique.
- 4- Réduire la part des troubles du sommeil sans pathologie sous jacente imputable à l'environnement ou aux troubles du rythme veille/sommeil.
- 5- Acquérir une compétence pratique dans la réalisation, la lecture et l'analyse des examens du sommeil.
- 6- Créer un centre régional pour la médecine du sommeil pour la prise en charge des patients qui présentent une pathologie du sommeil.
- 7- Mise en place d'un programme de prévention et la création d'un comité de suivi.
- 8- Diffuser auprès du grand public un « guide pratique sur le sommeil », renforcé dans les entreprises à risques (transport et industrie) relayé par les médecins du travail.
- 9- Mener des actions éducatives sur le sommeil grâce à un guide pratique destiné aux professionnels de santé, de l'éducation.
- 10- Intégrer le sommeil comme sujet d'enseignement en sciences médicales

**05.- Programme des enseignements et volume horaire (200 heures) :**

**5.1 ENSEIGNEMENT THEORIQUE**

**MODULE 1 : le sommeil normal (22 HEURES)**

1. Généralités sur le sommeil
2. Bases Physiologiques de la vigilance et de la somnolence de l'enfance à la vieillesse
3. Mécanismes régulateurs
4. Chronobiologie et sommeil
5. Chrono type
6. Le sommeil au cours de la vie
7. Les effets du manque de sommeil
8. Sommeil, rêves et cognition : Le contenu du rêve, Les cauchemars, Le rappel des rêves
9. L'alternance veille-sommeil
10. Le rythme circadien
11. Règles et classification de stades du sommeil

**MODULE 2 : Evaluation du sommeil (20 HEURES)**

1. Evaluation clinique et questionnaires
2. Les échelles d'évaluation
  - a. Les échelles utiles
  - b. L'échelle d'Epworth
  - c. L'échelle d'anxiété de Hamilton
  - d. L'échelle de dépression de Beck
3. L'agenda du sommeil
  - a. L'agenda subjectif
  - b. Intérêt et utilité

**MODULE 3 : Les examens complémentaires en médecine du sommeil (20 HEURES)**

1. L'enregistrement du sommeil. Échantillonnage, filtres, temps de réponse
2. L'EEG du sommeil
3. Polygraphie et polysomnographie
  - a. Mesures standard et bases d'interprétation
  - b. Enregistrements

c. Analyse selon les critères de l'AASM

4. Tests itératifs d'endormissement / de maintien de l'éveil
5. Actigraphie
6. oxymétrie
7. L'ECG

**MODULE 4 : le sommeil et sa pathologie (20 HEURES)**

**1. Les hypersomnies**

- a. Définition
- b. Physiopathologie
- c. Démarche diagnostique devant une hypersomnolence
- d. Diagnostic différentiel
- e. Traitements
- f. Les hypersomnies de l'enfance et de l'adolescence
- g. Epidémiologie de la somnolence diurne excessive

**2. Les insomnies**

- a. Définition, classification
- b. Physiopathologie
- c. Démarche diagnostique devant une insomnie.
- d. Diagnostic différentiel
- e. Particularités de l'insomnie du sujet âgé
- f. Insomnies comorbides :
  - troubles respiratoires asthme allergie et sommeil
  - troubles endocriniens et sommeil
  - ménopause et sommeil
- g. Epidémiologie en insomnie

**3. Les parasomnies**

- a. Définition
- b. Diagnostic différentiel
- c. Traitements

**4. Les troubles moteurs liés au sommeil**

- a. Syndrome des jambes sans repos et de mouvements périodiques des jambes
- b. Autres troubles : bruxisme.

## **5. Les troubles des rythmes circadiens**

- a.** Les troubles primaires
  - Diagnostic et traitement
  - Retard et avance de phase
  - Syndrome nyctéméral, rythme en libre cours
- b.** Les troubles secondaires
  - Le travail posté/ de nuit
  - Les décalages horaires
  - Jet-lag

## **MODULE 5 : Les Troubles respiratoires liés au sommeil (30 HEURES)**

- 1.** Physiologie respiratoire pendant le sommeil
- 2.** Physiopathologie du syndrome d'apnée du sommeil (SAS)
- 3.** Aspects cliniques et diagnostiques du SAS
- 4.** Co morbidités et conséquences
- 5.** Le ronflement
- 6.** Du ronflement au syndrome d'apnées du sommeil.
- 7.** Le syndrome d'hypoventilation-obésité
- 8.** Les pathologies respiratoires aggravées par le sommeil (BPCO, asthme)
- 9.** HTA et SAS.
- 10.** Complications Cardiovasculaires du SAOS
  - a.** Apnées centrales et insuffisance cardiaque.
  - b.** Syndrome métabolique et SAS.
  - c.** Intérêt du dépistage du SAS.
- 11.** Prise en charge thérapeutique.
  - 3.** Traitement du syndrome d'apnées du sommeil
  - 4.** Traitements du ronflement
- 12.** Epidémiologie des troubles respiratoires liés au sommeil.

## **MODULE 6 : ACCIDENTOLOGIE (10 HEURES)**

**MODULE 7 : Les troubles du sommeil chez l'enfant et l'adolescent (20 HEURES)**

1. Particularité du sommeil chez l'enfant
2. Les insomnies
3. Les hypersomnies
  
4. Les parasomnies
5. Les troubles respiratoires
6. SAS de l'enfant : Epidémiologie, pathophysiologie, signes cliniques et complications et bilan pré thérapeutique.
7. Prise en charge ORL, odontologique et maxillo-faciale du SAOS de l'enfant
8. Les terreurs nocturnes

**MODULE 8 : Sommeil et pathologies psychiatriques (22 HEURES)**

1. Clinique des troubles du sommeil en Psychiatrie.
2. Recommandations pour la prise en charge
3. Abord clinique de l'anxiété, de la dépression et de la schizophrénie
4. Insomnies psychogènes et hypersomnies psychogènes
5. Dépression
6. Anxiété et sommeil
7. Recommandations de l'HAS pour la prise en charge des troubles dépressifs et anxieux

**MODULE 9: Troubles du Sommeil et pathologies neurologiques centrales (14 HEURES)**

1. Mémoire et sommeil.
2. Maladie d'Alzheimer et modifications du rythme veille-sommeil.
3. Maladie de Parkinson et sommeil.
4. Troubles du comportement en sommeil paradoxal.
5. Sommeil, déficits neurosensoriels et la conduite automobile
6. Chutes et sommeil.
7. Douleur et sommeil.
8. AVC et sommeil

**MODULE 10 : Les grandes orientations thérapeutiques (22 HEURES)**

1. Psychotropes hors hypnotiques et sommeil
2. Les drogues utilisées pour influencer le sommeil
3. Les drogues influençant le sommeil comme effet secondaire
4. L'alcool et les drogues « récréationnelles »

5. Particularité thérapeutiques chez l'enfant
6. Morphiniques, psychotropes et sommeil.
7. Anesthésie et sommeil.

## **5.2 ENSEIGNEMENT PRATIQUE**

- **ACTIMETRIE EN PRATIQUE**
- **POLYGRAPHIE**
- **POLYSOMNOGRAPHIE**
- **OXYGENOTHERAPIE SOUS PRESSION POSITIVE**
- **PRÉSENTATION & DISCUSSION DE CAS**

### **06.- Mode de recrutement :**

Inscription volontaire en ligne sur le site de la faculté de médecine de Tlemcen avec CV , lettre de motivation, engagement pour paiement des frais d'inscriptions fixés ultérieurement.

### **07.- Lieu de déroulement de la formation**

Faculté de médecine de Tlemcen

### **08.- COMITE PEDAGOGIQUE**

- 1- **Pr. SEKKAL Samira** Professeur de médecine du travail Université Aboubekr Belkaid Tlemcen et présidente du comité pédagogique
- 2- **Pr KERKHOF Myriam** Professeur en psychologie. Chef de service du Laboratoire du sommeil à l'hôpital vésale Charleroi Belgique
- 3- **Pr NEMERY Benoit** Professeur en pneumologie professionnelle- Laboratoire de pneumologie professionnelle – Leuven- Belgique
- 4- **Pr KAMEN Fouzia** Professeur de médecine du travail – Service de Neurologie – EHU Oran
- 5- **Pr HADJADJ AOUEL Mourad** Professeur en pneumologie- Université Aboubekr Belkaid Tlemcen
- 6- **Pr SMAHI Mohamed Chemseddine-** Professeur en Pédiatrie- Université Aboubekr Belkaid Tlemcen
- 7- **Pr BOUCIF Hassam.** Chef de service de Psychiatrie – Professeur en Psychiatrie- Université Aboubekr Belkaid Tlemcen
- 8- **Pr BENABADJI Souad** Professeur en neurologie- Université Aboubekr Belkaid Tlemcen
- 9- **Pr HENAOUI Latifa** – Professeur en épidémiologie- Université Aboubekr Belkaid Tlemcen
- 10- **Dr CHAABANE SARI Nesrine-** Maitre assistante en ORL - Université Aboubekr

Belkaid Tlemcen

**11- Dr TALEB Nabila-** Maitre assistante en Cardiologie - Université Aboubekr Belkaid  
Tlemcen

#### **09.- MODALITES DE DEROULEMENT DES ENSEIGNEMENTS**

L'enseignement se déroule sur une 1 année, selon le schéma suivant :

- a. Cours théoriques et pratiques en trois à quatre jours chaque 01 mois et demi étalés sur l'année universitaire
- b. Une évaluation des connaissances théoriques et pratiques
- c. Une soutenance de mémoire en fin d'année

#### **10- MODALITES DES EVALUATIONS**

- a. Assiduité aux enseignements théoriques et pratiques.
- b. Evaluation des connaissances théoriques.
- c. Evaluation des acquisitions pratiques.
- d. Soutenance de mémoire.

#### **11.- COMPOSITION DU JURY :**

Le Jury composé de 3 membres :

- a. Deux membres du comité pédagogique
- b. Un membre : hospitalo-universitaire concerné par le sujet du mémoire

#### **12.- CRITERES DE REUSSITE AU CERTIFICAT**

- a. Validation par assiduité ;
- b. Soutenance de mémoire.
- c. Réussite aux épreuves théoriques et pratiques : la moyenne sur 20 aux 2 épreuves