

# L'apnée du sommeil et le traitement par ventilation non invasive

*Information destinée à l'enfant et à sa famille*





**Le médecin a diagnostiqué de l'apnée du sommeil à votre enfant ? Ce dépliant vise à permettre une meilleure compréhension de l'apnée du sommeil et de son traitement par la ventilation non invasive.**

## **Qu'est-ce que l'apnée du sommeil ?**

---

L'apnée du sommeil est présente lorsque l'enfant/l'adolescent fait des pauses respiratoires durant le sommeil. Les pauses, d'une durée variable, peuvent entraîner des baisses du taux d'oxygène dans le sang, mais aussi perturber le sommeil.

## **Quelles sont les causes ?**

---

En pédiatrie, les principales causes de l'apnée du sommeil sont les suivantes :

- ▶ La présence de grosses amygdales et d'adénoïdes (excroissances situées dans la partie supérieure de la gorge, en arrière du nez et derrière la lèvre) ;
- ▶ Le surplus de poids ;
- ▶ La forme du visage ;
- ▶ La taille des voies respiratoires supérieures, le pharynx étroit ;
- ▶ Certaines maladies ou certains syndromes.

3

## **Quels sont les symptômes ?**

---

<b>Le jour</b>	<b>La nuit</b>
Fatigue	Ronflement
Maux de tête au matin	Pauses respiratoires
Manque de concentration, humeur changeante, troubles d'apprentissage	Transpiration importante
Retard de croissance	Éveils en sursaut
Infections respiratoires plus fréquentes	Sommeil agité
	Énurésie (pipi au lit)

## Quels sont les tests qui permettent de déterminer la présence d'apnée du sommeil ?

---

### *Polysomnographie*

Enregistrement de données qui permettent d'observer la qualité du sommeil, la respiration et le taux d'oxygène du sang pendant le sommeil de l'enfant. C'est le meilleur test pour déterminer la présence d'apnée du sommeil. Ce test se fait à l'hôpital.

### *Titrage*

Deuxième test qui est effectué si la polysomnographie détermine la présence d'apnée du sommeil. Il se fait avec un masque et un appareil de ventilation pour connaître le traitement dont le jeune a besoin pour corriger l'apnée du sommeil. Ce test se fait à l'hôpital.

## Les traitements de l'apnée du sommeil et la ventilation non invasive (VNI)

---

4

Selon la cause de l'apnée du sommeil, le traitement peut être différent. Par exemple, si un enfant a de l'apnée du sommeil causée par de grosses amygdales, une chirurgie pour enlever ces dernières sera la meilleure option.

Dans les autres situations, la ventilation à pression positive est souvent le meilleur traitement. On l'appelle la ventilation non invasive (ou VNI). La VNI est une pression ou une assistance à la respiration à l'aide d'un appareil et d'un masque. La VNI diminue ou élimine les désaturations et l'obstruction des voies respiratoires. Son utilisation augmente l'efficacité de la respiration et la qualité du sommeil. En général, si le médecin juge que ce traitement est nécessaire pour le jeune, il doit être utilisé durant le sommeil toutes les nuits.

Selon les besoins, il y a deux types de traitement avec la VNI :

### *La pression positive continue (PPC ou CPAP)*

- L'appareil envoie une pression positive en continu qui garde les voies respiratoires ouvertes

### *La ventilation à deux niveaux de pression (ou BIPAP<sup>MD</sup>)*

- ▶ L'appareil envoie une pression positive à l'inspiration et à l'expiration. Il offre une assistance respiratoire tout en gardant les voies respiratoires ouvertes.

## **Quels sont les effets secondaires possibles de la VNI ?**

---

La ventilation non invasive apporte beaucoup d'avantages, mais peut causer aussi de l'inconfort. Voici les principaux effets indésirables :

- ▶ Irritation de la peau du visage, plaie et blessure ;
- ▶ Sécheresse du nez et de la gorge ;
- ▶ Congestion nasale et des sinus ;
- ▶ Inconfort abdominal ou digestif ;
- ▶ Irritation des yeux ;
- ▶ Difficulté à parler ou à avaler pendant l'utilisation de l'appareil ;
- ▶ Difficulté à s'endormir.

Il est important de discuter de ces inconforts et problèmes avec le médecin, l'infirmière ou l'inhalothérapeute qui fait le suivi avec votre jeune afin de trouver des solutions.

Une attention particulière doit être accordée au confort et au bon ajustement du masque. Voici quelques conseils utiles afin d'éviter les plaies.

### **La peau**

À l'installation et au retrait du masque, évaluez l'état de la peau du visage :

- ▶ Observez s'il y a présence de rougeurs ou de plaies. Il est normal de voir une rougeur lorsque l'on retire le masque. Par contre, si elle persiste plus de 30 minutes, communiquez avec la personne-ressource ;
- ▶ Nettoyez la peau du visage avec un savon doux sans parfum ;
- ▶ Rincez et asséchez la peau autour et sous le masque ;
- ▶ Gardez la peau bien hydratée en tout temps. Boire régulièrement aide à rendre la peau souple et diminue le risque de plaies liées au port du masque.

- Gardez aussi en tête que la sueur importante, la salive et l'écoulement nasal augmentent l'humidité au niveau du visage et rendent la peau plus sensible aux plaies.

## Le masque

Le masque doit :

- Être propre et sec lors de l'installation ;
- Être confortable, c'est-à-dire bien ajusté (pas de fuite d'air) sans être trop serré ou trop lâche ;
- Être changé au moins une fois par année ou avant lorsqu'il devient trop petit (croissance du jeune), usé ou brisé.

## Entretien du matériel

---

Lorsque vous utilisez une VNI, il est important de garder tout le matériel propre pour éviter les complications et les contaminations, et pour s'assurer que le traitement soit efficace.

- 6 Tous les jours, nettoyez le masque avec de l'eau et un savon doux. Bien le rincer. Laissez sécher.

Pour les courroies et l'appareil (et son filtre), suivre les recommandations du fabricant ou de votre personne-ressource.

Profitez du nettoyage des pièces pour les inspecter :

- Est-ce que le masque garde sa forme ?
- Est-ce qu'il y a des pièces brisées ?
- Est-ce que la tubulure est percée ?

Avisez votre personne-ressource si le matériel vous paraît inadéquat.

## La VNI dans la vie de tous les jours

---

La VNI est un moyen efficace d'améliorer la respiration et la qualité du sommeil.

L'adaptation au traitement se fait progressivement. Au début, il est normal que le jeune ne tolère pas la VNI toute la nuit. Une augmentation graduelle du temps d'utilisation est souvent nécessaire. L'équipe médicale et les personnes-ressources de votre région vous accompagneront dans le processus d'adaptation. Note



## CHU Sainte-Justine

3175, chemin de la Côte-Sainte-Catherine  
Montréal (Québec) H3T 1C5  
Téléphone : 514 345-4931

[www.chusj.org](http://www.chusj.org)

## Pour plus d'informations

Pour toute question concernant l'apnée du sommeil et la ventilation non invasive, vous pouvez communiquer avec :

- ▶ L'infirmière de la clinique de pneumologie et d'assistance ventilatoire  
**Téléphone** : 514-345-4931, poste 2767
- ▶ L'inhalothérapeute et coordonnatrice du laboratoire des troubles du sommeil  
**Téléphone** : 514 345-4931, poste 6091

### Document créé par :

Sylvie Laporte, inhalothérapeute et coordonnatrice au laboratoire des troubles du sommeil, CHUSJ  
D<sup>re</sup> Sophie Laberge, pédiatre pneumologue, CHUSJ

### Collaboration :

Équipe interdisciplinaire de la clinique des maladies neuromusculaires du CRME

### Validation

Comité des documents destinés à la clientèle

### Impression

Imprimerie du CHU Sainte-Justine  
© CHU Sainte-Justine

F-4935 GRM : 30010113 (Révisé : juin 2018)