



## Le 16 mars, Journée nationale du sommeil Le dentiste acteur pour un sommeil réparateur !

*La Journée Nationale du Sommeil permet d'attirer l'attention sur une occupation à laquelle nous consacrons presque 1/3 de notre vie : DORMIR !*

---

Ceux qui sont atteints de troubles du sommeil les considèrent comme une fatalité. Aujourd'hui, c'est donc l'occasion de parler de vos problèmes de sommeil à un professionnel de santé **et pourquoi pas au dentiste !** Vous vous dites pourquoi ? Et bien parce que le dentiste est non seulement soignant en cas de problématique de ronflement et d'apnées du sommeil, mais il peut surtout être un point d'entrée pour poser le diagnostic initial.

**45% des adultes seraient des ronfleurs occasionnels (2 hommes pour 1 femme)  
et 25% des ronfleurs réguliers <sup>(1)</sup>**

Il faut distinguer les ronfleurs occasionnels et ponctuels et les ronfleurs systémiques. Le ronflement devient pathologique quand il est régulier.

Le ronflement devient handicapant et problématique quand il se transforme en SAOS <sup>(2)</sup>.

**Le SAOS touche 4% de la population adulte en France,  
90% de malades ne sont pas diagnostiqués**

Sans traitement, l'apnée du sommeil augmente le risque de mort prématurée de 45%, et multiplie le risque d'accident de la route et du travail par 15 <sup>(3)</sup>. Le syndrome d'apnées du sommeil peut par ailleurs être une affection incompatible avec l'obtention ou le maintien du permis de conduire selon l'Arrêté du 7 Mai 1997.

La référence en France en cas de SAOS sévère est le port d'un appareil de ventilation par pression positive continue (VPPC) peut être assez mal supporté par les utilisateurs (800 000 patients dont 35 à 50% d'abandon). **Une solution alternative fiable est l'orthèse d'avancée mandibulaire bien mieux tolérée à long terme.**

Le rôle du dentiste est établi et reconnu par la Haute Autorité de Santé (HAS) : il peut établir l'examen dentaire préalable et la réalisation d'une orthèse, en lien avec un spécialiste du sommeil <sup>(4)</sup>. Il peut assurer les relations interdisciplinaires avec les autres professionnels de santé. Il doit vérifier la condition bucco-dentaire du patient qui doit être compatible et sans contre-indication à l'utilisation d'une orthèse, faire le choix de l'orthèse, en assurer la pose, le réglage et le suivi. Aujourd'hui, le traitement par orthèse est recommandé par la HAS pour les SAOS faibles et modérés.

**La recherche clinique démontre le lien étroit entre le SAOS  
et d'autres pathologies chroniques graves  
telles que l'hypertension, les maladies cardiaques, le diabète et l'obésité**



**Alors il ne faut plus attendre, il faut consulter son dentiste !**

(1) American Academy of Otolaryngology,

(2) Syndrome des apnées obstructives du sommeil : Le SAOS est la survenue, durant le sommeil, d'épisodes anormalement fréquents d'obstruction complète ou partielle des voies aériennes supérieures, responsables d'interruptions (apnées), ou de réductions significatives (d'hypopnées) de la ventilation

(3) Sabine Horstmann, Christian W. Hess, Claudio Bassetti, Matthias Gugger,\* Johannes Mathis. Sleepiness-Related Accidents in Sleep Apnea Patients. SLEEP, Vol. 23, No. 3, 2000. in

(4) Depuis juillet 2016, l'orthèse est prise en charge et les honoraires du dentiste également (ameli.fr).

**A propos de l'UFSBD :**

**Organisme officiel de la profession dentaire depuis 1966** et Centre Collaborateur de l'OMS, l'Union Française pour la Santé Bucco-dentaire (UFSBD) représente les **38 000 chirurgiens-dentistes** qui agissent au quotidien pour la santé bucco-dentaire de tous les français, **au sein de leur cabinet**. Grâce à la mobilisation de ses 15 000 membres, l'UFSBD se positionne également comme un véritable **acteur de santé publique en dehors du cabinet dentaire**. Son engagement sur le terrain, depuis plus de 50 ans, auprès des populations les plus sensibles (jeunes enfants, adolescents, femmes enceintes, personnes âgées dépendantes, personne en situation de handicap, personnes précaires...), en fait l'acteur principal de la promotion de la santé bucco-dentaire en France. Parallèlement, l'UFSBD accompagne depuis plus de vingt ans l'**évolution des pratiques professionnelles** des équipes dentaires grâce à une offre de formation aussi étoffée que professionnelle.



**Dr Christophe Lequart** - Porte-Parole de l'UFSBD - christophelequart@ufsbd.fr  
**Christine Lecointe** - 01 44 90 72 84 - christinelecointe@ufsbd.fr  
www.ufsbd.fr