

Allez plus loin grâce à Internet...

Je voudrais connaître l'approche standard pour traiter l'apnée

Robert Aubin, bibliothécaire professionnel

DES GUIDES DE PRATIQUE clinique sont disponibles pour de nombreuses maladies. Ils visent à aider les médecins (et les patients) à connaître l'approche clinique la plus appropriée. Ces recommandations concentrent l'expertise médicale dans un format pratique prêt à utiliser. Les guides de bonne qualité sont construits à partir d'une synthèse des meilleures études et des plus récentes preuves scientifiques.

Comment puis-je les trouver ?

Les concepteurs des guides de pratique les rendent souvent accessibles à tous sur Internet. On retrouve donc ces guides sur les sites des associations médicales, des agences gouvernementales, etc. Heureusement, des sites spécialisés regroupent plusieurs sources et nous évitent de chercher à dix mille endroits.

Par exemple, l'Infobanque AMC (mdm.ca/cpgsnew/cpgs-f) de l'Association médicale canadienne contient les guides en français et en anglais produits au Canada ou adaptés à notre réalité. Elle leur attribue une cote de qualité et offre aussi un manuel qui propose des conseils à jour sur la façon de les employer afin d'optimiser les soins aux patients.

Si on tape *Apnea* dans la case Recherche par mot-clé, on obtient deux guides, dont un approuvé par la British Columbia Medical Association (www.health.gov.bc.ca/gpac/pdf/apnea.pdf): *Sleep Apnea – Assessment and Management of Obstructive Sleep Apnea in Adults*. Des icônes mènent à d'autres écrans pour la recherche de base et avancée.

La plus grosse source de guides cliniques en anglais est la National Guideline Clearinghouse (www.guidelines.gov) mise au point par l'Agency for Healthcare Research and Quality des États-Unis. Des milliers de guides y sont recensés par maladie, traitement ou organisme (bouton *Browse*) ou encore par

moteur de recherche (bouton *Search*).

En saisissant *Apnea* dans la case *Search*, nous obtenons près de 100 guides. Par chance, ils sont classés par ordre de pertinence. De fait, les 20 titres affichés sur la première page semblent tous utiles.

Et en français ?

Le Catalogue et index des sites médicaux francophones du CHU Hôpitaux de Rouen (www.cismef.org) comprend une section pour les recommandations de bonne pratique et pour les guides de pratique.

Enfin, de nombreuses autres pistes sont tenues à jour par la bibliothèque des sciences de la santé de l'Université de Montréal sur sa page sur les guides de pratique clinique (www.bib.umontreal.ca/SA/caps32.htm). ☞

Sites dignes d'intérêt

Pour les professionnels

- Obstructive sleep apnea in primary care: evidence-based practice (www.jabfm.org/cgi/content/full/20/4/392). Méta-analyse récente et gratuite du *Journal of the American Board of Family Medicine*.
- Louvain médical (www.md.ucl.ac.be/loumed). Le numéro de février 2006 couvre de nombreux aspects du syndrome des apnées obstructives du sommeil.
- Obstructive Sleep Apnea (www.aafp.org/afp/991115ap/2279.html). Le texte date de 1999, mais les illustrations peuvent être utiles.
- Centre d'étude du sommeil (www.crhsc.umontreal.ca/sommeil.html). L'Hôpital du Sacré-Coeur de Montréal abrite cette importante unité de recherche sur les maladies du sommeil et du rythme biologique, dirigée par le Dr Jacques Montplaisir.

Pour les patients

- Site sur le syndrome des apnées obstructives du sommeil (www.syndrome-apnee-sommeil.fr). Informations intéressantes sur les symptômes, les risques et le traitement. Belles illustrations et effets sonores. Rédigé par un fabricant d'appareils à pression positive continue.
- Bien dormir : du ronflement aux apnées du sommeil (www.doctissimo.fr). Mot à rechercher : apnée.

URL complète pour la version électronique :

www.doctissimo.fr/html/psychologie/bien_dormir/ronflement_niv2.htm

Plusieurs pages de vulgarisation sur l'apnée et le ronflement et, dans le menu de gauche, sur l'insomnie et les somnifères.