



Le sommeil n'est pas un lieu sûr



AINSI S'EXPRIMAIT Jean Cocteau en parlant du tiers de notre vie passé au lit. Bien avant ce célèbre écrivain, les Grecs avaient baptisé Morphée (morphê, « forme ») un personnage de leur mythologie. Dieu des rêves, fils d'Hypnos (dieu du sommeil) et de Nyx (déesse de la nuit), son rôle était de dispenser le sommeil aux mortels et de se montrer dans leurs rêves sous la forme d'êtres humains.

Son nom est à l'origine, notamment :

- du mot **morphine**, en raison des propriétés soporifiques de ce produit ; et
- de l'expression « être dans les bras de Morphée », qui signifie « dormir ».

Dans les pays développés, le trouble du sommeil le plus fréquent est la privation de sommeil, sans doute à cause de notre rythme de vie effréné.

Dans le présent numéro, nous allons tenter de lever le voile sur un autre trouble du sommeil, soit le syndrome des apnées obstructives du sommeil (SAOS). Environ 4 % de la population en est atteinte. Encore aujourd'hui, nous sous-estimons les répercussions de cette affection.

Et vous, prenez-vous au sérieux votre patient qui se plaint de ronflement ?

Je vous souhaite donc de tomber dans les bras de Morphée, mais pas avant d'avoir parcouru ce numéro.

Michel Lapierre
Omnipraticien

Agrément. La Fédération des médecins omnipraticiens du Québec et ses activités de formation continue, dont *Le Médecin du Québec*, sont agréées par le Collège des médecins du Québec. Tous les articles de cette section sont révisés par le comité de rédaction scientifique.

Post-test. Chaque mois, dans *Le Médecin du Québec*, vous trouverez à la fin de la section de formation médicale continue un post-test composé d'au plus dix questions à réponse unique. Veuillez inscrire vos réponses sur le coupon au verso de la page de questions ou remplir le questionnaire en ligne et le retourner à la FMOQ. **Trois heures** de crédits de formation de catégorie 1 seront accordées aux médecins qui auront obtenu une note de passage d'au moins **60 %**. (Aucun crédit ne sera accordé au-dessous de cette note.) N'entourez qu'une seule réponse par question. Les réponses seront publiées trois mois plus tard à la fin de la section avec les références.