

FICHE TECHNIQUE N°1

V1-1107

Auteurs : Drs. Patricia Franco, Marie-Jo Challamel

QUESTIONNAIRE SUR LES TROUBLES DU SOMMEIL ADAPTÉ À L'ENFANT HANDICAPÉ

Ce questionnaire vous aidera à établir un autodiagnostic sur les troubles du sommeil dont votre enfant est susceptible de souffrir.

Pour y répondre, **basez-vous sur les observations que vous avez pu faire durant les six derniers mois** et cochez les cases qui correspondent à ce que vous avez observé. (Par exemple, si votre enfant dort six heures la nuit, cochez la case 3 pour la question n°1. S'il a « parfois » des difficultés à s'endormir, cochez la case 2 pour la question n°4.) Reportez-vous ensuite à la partie « Interprétation des réponses », présentée à la suite du questionnaire.

Âge de l'enfant : ans

Poids : kg

Taille : cm

Traitement actuel :

	0	1	2	3	4
1 Combien d'heures votre enfant dort-il la nuit ?	9 à 11 h	8 à 9 h	7 à 8 h	5 à 7 h	Moins de 5 h
2 Combien de temps se passe-t-il entre sa mise au lit et son endormissement ou combien de temps votre enfant met-il pour trouver le sommeil ?	0 Moins de 15 min	1 15-30 min	2 30-45 min	3 45-60 min	4 Plus de 60 min

		Jamais	Rarement 1 à 3 fois / mois	Parfois 1 à 2 fois / semaine	Souvent 3 à 5 fois / semaine	Toujours Tous les jours
3	Votre enfant a des réticences à aller au lit pour dormir.	0	1	2	3	4
4	Il a des difficultés à s'endormir.	0	1	2	3	4
5	Il a des mouvements brusques, des sursauts, lors de son endormissement.	0	1	2	3	4
6	Il a des mouvements répétitifs lors de son endormissement (balancements).	0	1	2	3	4
7	Il transpire beaucoup à l'endormissement.	0	1	2	3	4
8	Il se réveille plus de deux fois pendant la nuit.	0	1	2	3	4
9	Il a des difficultés à se rendormir après un éveil nocturne.	0	1	2	3	4
10	Il a un sommeil agité : il bouge constamment dans son sommeil.	0	1	2	3	4
11	Il ne respire pas bien pendant son sommeil.	0	1	2	3	4
12	Il fait des pauses respiratoires ou cherche sa respiration lors du sommeil.	0	1	2	3	4
13	Il ronfle en dormant.	0	1	2	3	4
14	Il transpire beaucoup durant son sommeil.	0	1	2	3	4
15	Il se lève ou déambule dans la maison pendant son sommeil (somnambulisme).	0	1	2	3	4
16	Il grince des dents pendant son sommeil.	0	1	2	3	4
17	Il crie pendant son sommeil, sans se réveiller.	0	1	2	3	4
18	Il est difficile à réveiller le matin.	0	1	2	3	4
19	Il se réveille fatigué le matin.	0	1	2	3	4
20	Il est somnolent durant la journée.	0	1	2	3	4
21	Il s'endort brutalement, de façon inattendue, à l'école ou lors de ses activités.	0	1	2	3	4
22	Lorsqu'il rit, il a une perte de tonus musculaire qui peut entraîner un affaissement du corps ou une chute.	0	1	2	3	4
23	Il fait encore la sieste.	0	1	2	3	4

Questionnaire adapté par Franco P. et Challamel MJ. de Bruni O, Ottaviano S, Guidetti V, et al. *The Sleep Disturbance Scale for Children (SDSC) Construction and Validation of an Instrument to Evaluate Sleep Disturbances in Childhood and Adolescence. J Sleep Res 1996;5:251–61.*

Interprétation des réponses que vous avez apportées au questionnaire :

Additionnez maintenant pour les ensembles de questions donnés ci-dessous les nombres (de 0 à 4) qui figurent dans les cases correspondant à vos diverses réponses. C'est leur total qui vous donnera le diagnostic.

1. Questions 1, 2, 3, 4, 9 et 10

Si leur total est supérieur ou égal à 17, votre enfant pourrait souffrir d'insomnies avec des troubles d'endormissement ou de maintien du sommeil.

2. Questions 10, 11, 12, 13 et 14

Si leur total est supérieur ou égal à 15, votre enfant pourrait présenter des troubles respiratoires du sommeil.

3. Questions 15 et 17

Si leur total est supérieur ou égal à 2, votre enfant pourrait souffrir de parasomnies en sommeil lent.

4. Questions 5, 6 et 16

Si leur total est supérieur ou égal à 3, votre enfant pourrait présenter d'autres parasomnies.

5. Questions 18, 19, 20 et 21

Si leur total est supérieur ou égal à 9, votre enfant pourrait souffrir de somnolence diurne excessive.

6. Concernant la sieste (question 23)

Il est anormal de faire la sieste tous les jours à partir de l'âge de 7 ans. Si votre enfant a plus de 8 ans et si votre réponse à la question 23 est supérieure ou égale à 1, ajoutez-le au total du score obtenu au point 5 (sommolence diurne excessive).

7. Si vous obtenez un score supérieure ou égal à 1 à la question 22

Votre enfant pourrait présenter des cataplexies.

Attention : d'une façon générale, si vous avez coché pour une question une case qui porte un nombre en caractère gras (par exemple case 3 pour la question n°21), il s'agit déjà d'un symptôme anormal.

L'insomnie de votre enfant a-t-elle une cause comportementale ?

Au moment de l'endormissement de votre enfant ou s'il se réveille durant la nuit, quel comportement adoptez-vous ?

- Je reste près de lui jusqu'à son endormissement.
- Je le berce.
- Je déambule avec lui.
- Je lui donne un biberon.
- Je me couche dans son lit et/ou je m'endors auprès de lui.
- Il s'endort dans notre lit/notre chambre.

Si vous avez coché une de ces réponses, votre enfant peut présenter un problème de conditionnement au sommeil.

L'insomnie de votre enfant a-t-elle une cause organique ?

Si vous cochez une des réponses suivantes, demandez conseil à votre médecin référent.

Votre enfant :

- A une toux chronique
- A fréquemment des infections ORL (otites, rhinopharyngites...)
- A des difficultés pour avaler
- A un reflux gastro-œsophagien persistant
- A une constipation chronique (selles moins souvent que tous les trois jours)
- A une épilepsie La nuit Stabilisée
 Le jour Non stabilisée
- A des problèmes de peau (eczéma, escarres)
- Présente des signes de douleurs dentaires

Il a régulièrement des problèmes dentaires ou de gencives

non oui NSP

Sa dernière visite chez un dentiste a eu lieu il y a plus d'un an

non oui NSP

Manifeste des signes d'inconfort la nuit

Il dort avec une coque, un corset, une attelle

non oui NSP

Il dort avec une pompe qui fait du bruit

non oui NSP

Il conserve des blessures sur la peau ou des rougeurs permanentes même longtemps après le retrait du matériel

non oui NSP

(NB. « NSP »= ne sait pas)