



# ASSEMBLÉE NATIONALE

## 13ème législature

### politique de la santé

Question écrite n° 19249

#### Texte de la question

M. Frédéric Lefebvre attire l'attention de Mme la ministre de la santé, de la jeunesse et des sports sur la relation entre la douleur et la privation chronique du sommeil. À l'occasion de la 8e journée nationale du sommeil le 18 mars 2008, l'institut national du sommeil et de la vigilance rappelle qu'il existe un lien entre le manque de sommeil et le seuil de la douleur établi, montrant une diminution notable du seuil douloureux en cas de privation de sommeil. Le traitement de la douleur étant l'un des défis urgents à relever, il la remercie de bien vouloir lui donner son avis sur le sujet.

#### Texte de la réponse

Un certain nombre de situations qui diminuent le temps de sommeil peuvent augmenter la douleur. Les perturbations enregistrées à l'électroencéphalographie chez un sujet privé de sommeil sont identiques à celles observées chez les malades douloureux chroniques. Par ailleurs, l'étude de la chronologie du quotidien des patients va dans le sens d'une implication des troubles du sommeil comme facteur favorisant la douleur. Ainsi, même si les mécanismes en sont encore mal connus, des études ont montré qu'une privation de sommeil de quatre heures dans une nuit suffit à entraîner une diminution de 25 % du seuil douloureux le jour suivant. C'est pourquoi la problématique du manque de sommeil et de ses effets sur la douleur fait partie des priorités de l'axe recherche du programme d'actions sur le sommeil, lancé le 29 janvier 2007 par le ministre chargé de la santé. L'objectif est d'approfondir les connaissances dans ce domaine et de proposer des protocoles de prise en charge de la douleur les plus adaptés aux malades et prenant en compte la qualité du sommeil. Le comité de suivi du plan sommeil a inscrit cette thématique parmi les axes de recherche pour l'année 2008.

#### Données clés

**Auteur :** [M. Frédéric Lefebvre](#)

**Circonscription :** Hauts-de-Seine (10<sup>e</sup> circonscription) - Union pour un Mouvement Populaire

**Type de question :** Question écrite

**Numéro de la question :** 19249

**Rubrique :** Santé

**Ministère interrogé :** Santé, jeunesse et sports

**Ministère attributaire :** Santé, jeunesse, sports et vie associative

#### Date(s) clé(s)

**Question publiée le :** 18 mars 2008, page 2230

**Réponse publiée le :** 17 juin 2008, page 5238