

Le centre sommeil « Morphée » passe à l'hôtellerie.

Une bonne nuit commence par une bonne literie.

Le centre sommeil littoral « Morphée » de la Polyclinique de Grande-Synthe a donc adapté son accueil pour favoriser au maximum une qualité de sommeil correcte aux personnes qui séjournent dans cette unité ; un lit hôtelier de 1m20 de large avec un matelas confortable remplace les classiques lits peu confortables des établissements hospitaliers.

La décoration hôtelière de la chambre est propice à une soirée de détente avant un sommeil réparateur de façon à faire oublier au maximum les capteurs posés pour l'exploration de sommeil ; une luminothérapie matinale a été mise à disposition, de même qu'en soirée ; des outils propices à un « sas » de décompression avant le sommeil ; bain de lumière adoucit, exercices de cohérence cardiaque...

Le Dr ARON pneumologue spécialiste du sommeil, titulaire du diplôme national, accueille les patients avec deux techniciennes de sommeil diplômées.

Le centre sera référencé à l'automne par la société française de recherche de médecine du sommeil (SFRMS) après expertise et cela en accord et en partenariat avec le laboratoire de neurophysiologie du CHRU de Lille, du professeur MONACA-CHARLEY. Cette affiliation permettra un partenariat renforcé et la discussion de la prise en charge des dossiers complexes.

Les 4 chambres de vidéo-polysomnographie du sommeil permettent une exploration complète de référence de votre sommeil. Cette prise en charge est accessible dès l'âge de 12 ans. Pour les jeunes patients de moins de 12 ans, tout dossier doit être étudié au cas par cas en lien avec le médecin traitant, le pédiatre ou autres spécialistes concernés.

Le centre sommeil « Morphée » propose également, dans certaines indications, la possibilité d'un examen polygraphique ambulatoire de dépistage au domicile, les capteurs sont rapidement posés dans le service avant le retour au domicile pour l'exploration de votre sommeil (la nécessité d'une seconde vidéopolysomnographie s'imposera néanmoins parfois).

Des tests de vigilance sont également réalisés.

Notamment des tests de maintien d'éveil (TME) les lundis qui permettent d'explorer la résistance au sommeil et sont, par exemple, utilisés pour vérifier la vigilance des professionnels de la route, des titulaires des permis poids lourds en accord avec la législation.

Des TILE, tests itératifs de latence d'endormissement sont également réalisés en complément de votre vidéo-polysomnographie du sommeil les jeudis.

L'accès direct à ces examens se fait par la prise de rendez-vous au secrétariat.

Les patients qui bénéficient d'une exploration de leur sommeil dans notre centre bénéficient d'une demi-journée d'information éducative sur le sommeil, effectuée par l'équipe. Différents supports audio, vidéo, sont utilisés. Des programmes d'éducation plus complets sont actuellement en cours de validation afin de proposer au patient, relevant de certains troubles du sommeil comme l'insomnie, une prise en charge médicalisée, individualisée de leur pathologie.

Le Dr ARON propose également dans le cadre des T.A.C (Thérapie d'Activation de Conscience) la possibilité de séances et d'enseignement aux exercices d'autohypnose (auto-activation) de façon à améliorer les problématiques de sommeil.