

Effet de la qualité de sommeil nocturne sur la fréquence cardiaque

Objectif : L'élévation de la fréquence cardiaque (FC) peut traduire une maladie sous-jacente avec un risque de mortalité cardiovasculaire. Cette étude avait pour objectif de déterminer la relation entre la qualité de sommeil (QS) et la FC.

Méthodes : C'est une étude transversale, incluant 79 patients adressés au service d'explorations fonctionnelles pour une mesure ambulatoire de la pression artérielle. Les patients ont répondu au questionnaire de Pittsburgh de la QS. Selon le score calculé, les patients étaient répartis en deux groupes G+ (QS satisfaisante) et G- (mauvaise QS).

Résultats : G+ et G- ont inclut 28 et 51 patients, respectivement. Le score de QS moyen était de $7,2 \pm 3,8$. Les fréquences de la dyslipidémie, l'infarctus du myocarde et l'accident vasculaire cérébral étaient plus élevées dans G- que G+, sans différence significative. Les FC durant les périodes diurnes, nocturnes et totales étaient significativement plus élevées en G- ($p < 0,05$). Le dipping nocturne de la FC semble moins bon en G- mais pas de différence significative.

Conclusion : L'altération de la QS pourrait majorer le risque cardiovasculaire par le biais de l'élévation de la fréquence cardiaque durant le nycthémère. Une éducation sur l'importance d'une bonne hygiène de sommeil pourrait ainsi l'éviter.