

Dormir pendant une pandémie: l'impact des restrictions liées au COVID-19 sur la narcolepsie et l'hypersomnie idiopathique.

Objectif : Évaluer l'impact des restrictions liées au COVID-19 sur la narcolepsie de type 1 (NT1), la narcolepsie de type 2 (NT2) et l'hypersomnie idiopathique (HI).

Méthodes : Enquête en ligne évaluant les caractéristiques clinico-démographiques et professionnelles pendant le premier confinement a été proposée aux patients ayant une NT1, NT2 et HI, suivis dans un hôpital universitaire.

Résultats : Les 219 personnes ayant répondu à l'enquête ont signalé une augmentation moyenne de $1,2 \pm 1,9$ heures ($P < .001$) du temps de sommeil nocturne et une diminution moyenne de $1,0 \pm 3,4$ points ($P < .001$) sur l'échelle de somnolence d'Epworth. Les télétravailleurs ont eu une augmentation moyenne de $0,9 \pm 1,2$ heure de leur sommeil nocturne ($P < 0,001$) et une diminution moyenne du score de somnolence de $1,6 \pm 3,1$ ($P < 0,001$). La cataplexie s'est améliorée chez 54,1 % des NT1. La somnolence est corrélée au bien-être psychologique ($R=0,3$, $P < 0,001$). 42,5 % des patients ont apprécié ce premier confinement, grâce à la réaffectation du temps habituellement consacré aux trajets domicile-travail, à un temps de sommeil plus long, aux loisirs et à la famille, et ont apprécié un horaire de sieste plus libre. À l'inverse, 13,2 % des patients ont ressenti un sentiment d'isolement et de détresse psychologique

Conclusion : Ces résultats suggèrent que les personnes atteintes d'HI, NT1 et NT2 peuvent bénéficier d'une diminution des contraintes sociales et professionnelles sur les habitudes de sommeil et soulignent l'importance des aménagements des horaires et du lieu de travail dans cette population.