



Communiqué de presse - 17 octobre 2023

## Une fiche pour expliquer l'examen du sommeil aux enfants et à leurs parents



### Une nouvelle fiche illustrée sur l'examen du sommeil : une ressource précieuse pour les enfants et leurs familles

L'association SPARADRAP est fière d'annoncer la publication de sa toute dernière fiche illustrée destinée aux enfants et à leurs familles, éditée grâce au soutien de ses partenaires. Cette fiche éducative, conçue spécialement pour les jeunes patients et leurs proches, vise à fournir des informations claires et accessibles sur cet examen et son déroulement.

#### Détecter les troubles du sommeil de l'enfant

L'examen du sommeil a pour but de repérer les anomalies de la respiration et de la structure du sommeil. Ces troubles peuvent se traduire par des ronflements, des difficultés à respirer, un sommeil agité, des cauchemars, des apnées... et altérer fortement la qualité du sommeil de l'enfant avec des conséquences sur sa qualité de vie (troubles de l'attention, fatigue chronique, maux de tête...).

#### Un examen indolore... mais contraignant

Bien que cet examen ne soit pas douloureux, les enfants et leurs parents sont souvent très impressionnés par la préparation qu'il nécessite. En effet, celle-ci est

assez longue puisqu'un grand nombre de capteurs sont installés sur le corps de l'enfant (plusieurs électrodes, micro et bandes élastiques sur sa tête, son visage, sa poitrine et ses jambes). De plus, cet examen est réalisé à l'hôpital dans la grande majorité des cas et implique de dormir une nuit dans un service spécialisé. Dans ce contexte, il est essentiel de bien informer l'enfant et ses parents afin qu'ils s'y préparent au mieux.

### **Aider les enfants et leurs parents à mieux comprendre pour bien se préparer à l'examen**

Cette fiche pédagogique utilise un langage simple et adapté à l'âge des enfants, accompagné d'illustrations claires et colorées qui captiveront leur attention. Elle explique étape par étape le déroulement de l'examen et propose un schéma illustré des différents capteurs et de leurs missions. Enfin, des pages destinées aux parents répondent à leurs principales interrogations pour les aider à accompagner au mieux leur enfant.

**En rendant l'information plus accessible, l'association SPARADRAP espère contribuer à une meilleure compréhension de l'examen du sommeil et à favoriser son bon déroulement.**

Cette fiche a été réalisée par l'association SPARADRAP,  
en collaboration avec un groupe de travail composé de professionnels de santé  
exerçant en unité du sommeil, avec la participation  
du Groupe Sommeil Enfant et Adolescent ([GSEA](#))  
de la Société Française de Recherche et Médecine du Sommeil ([SFRMS](#))  
et a été relue par des parents d'enfants concernés par les examens du sommeil.

Elle a pu voir le jour grâce aux partenaires Projet :  
SOS Oxygène, ISIS Champagne, ResMed  
Et au soutien global de : uMEn et la Fondation DB

[Découvrir la fiche](#)

### **Contact presse :**

Myriam BLIDI, chargée de projet – 06 61 45 33 71 - [myriam.blidi@sparadrap.org](mailto:myriam.blidi@sparadrap.org)

*L'association n'ayant pas d'outils de veille presse, si vous prévoyez de publier un article, nous vous remercions de nous l'adresser par mail pour notre revue de presse.*

> [Télécharger les visuels](#)

« Pour moi, les explications du dépliant sont claires. Mais je connais le principe donc c'est plus facile à comprendre. Alors je l'ai fait lire à mon mari et à ma fille ainée, ils ont parfaitement compris. »

Une maman

« La fiche est bien faite et claire malgré la complexité des informations qu'elle contient. J'aime beaucoup le dessin final avec tous les types de capteurs et à quoi ils servent, cela me paraît important à mentionner vu la quantité de capteurs possibles. Le vocabulaire paraît simple et adapté. Bravo pour le travail. »

Un médecin généraliste

## Informations complémentaires :

> Une fiche de 8 pages, illustrée en couleur, format A5, feuilletable gratuitement sur le site [sparadrap.org](http://sparadrap.org) ou disponible en version papier au prix de 0,99 € à 6 € selon la quantité (frais d'envoi inclus).

> Pour aller plus loin, l'association propose sur son site [des conseils pratiques](#) aux parents pour aider leur enfant lors des soins ou d'une hospitalisation.

> Découvrez aussi tous [les documents](#) SPARADRAP pour aider les enfants et leur famille.

## Les partenaires du projet :



### L'association SPARADRAP

Depuis presque 30 ans, l'association SPARADRAP créée par des parents et des professionnels de la santé, agit chaque jour pour aider les enfants à avoir moins peur et moins mal tout au long de leur parcours de santé. Ses missions sont :

- Informer, conseiller et préparer les enfants à toute situation de soin, examen médical, visite médicale, hospitalisation et accompagner leurs proches dans ce sens.
- Participer aux actions de prévention à destination des enfants et des adolescents.
- Sensibiliser et former les professionnels de la santé et de l'enfance pour faire évoluer les organisations et les pratiques vers une meilleure prise en compte des besoins des enfants.
- Favoriser une meilleure prise en charge de la douleur de l'enfant.
- Valoriser la présence des proches lorsque l'enfant est soigné, examiné ou hospitalisé.

SPARADRAP propose des solutions concrètes pour aider les familles et accompagner les professionnels qui interviennent à leurs côtés :

- des support pratiques, papier, vidéo et audio, pour informer les enfants et leurs proches,
- des formations et des actions de sensibilisation sur l'accueil des familles et la prise en charge de la douleur pour les professionnels de la santé,
- un site Internet [www.sparadrapp.org](http://www.sparadrapp.org) pour informer et conseiller enfants, parents et professionnels.

L'association SPARADRAP agit grâce aux dons et au soutien de partenaires.



Depuis plus de 30 ans, SOS Oxygène réunit toutes les compétences pour mettre en place des solutions adaptées aux attentes des professionnels de santé et des patients. Reconnue comme spécialiste de l'oxygénothérapie, de l'assistance respiratoire, l'insulinothérapie, la perfusion, la nutrition et du matériel médical, SOS Oxygène a naturellement construit sa notoriété dans le monde de la Santé grâce à une écoute attentive des patients et une rigueur quotidienne. En tant que Prestataire de Santé A Domicile, l'entreprise est consciente de ses responsabilités. Elle contribue au développement des soins de santé à domicile et participe à l'information et à l'éducation des patients. Le bien-être de ces derniers est sa priorité. Les équipes sont à leur écoute, rassurent sur leurs inquiétudes et répondent à toutes leurs questions... de jour comme de nuit.



ISIS Champagne est une entreprise spécialisée dans les prises en charge de traitements à domicile.

Nous intervenons pour les prestations suivantes : l'apnée du sommeil, l'oxygénothérapie et la ventilation, la perfusion, la nutrition et la gestion des plaies. ISIS Champagne intervient au domicile des patients en leur fournissant un matériel adapté à leurs besoins et assure le suivi et les retours auprès des prescripteurs

Son équipe puri-disciplinaire d'infirmières, de diététiciennes, techniciens respiratoires, pharmacien font de ISIS CHAMPAGNE un acteur essentiel dans les prises en charges au domicile.

ResMed est une société à l'avant-garde de solutions innovantes qui permet de soigner les personnes à leur domicile et de leur éviter une hospitalisation, en leur



donnant les moyens d'améliorer leur qualité de vie et d'être en meilleure santé. Leurs dispositifs médicaux connectés au cloud transforment les soins des patients souffrant d'apnée du sommeil, de BPCO et d'autres maladies chroniques. Les plateformes complètes de logiciels extrahospitaliers soutiennent les professionnels et soignants qui aident les patients à se soigner à domicile ou dans l'environnement de soins de leur choix. En favorisant de meilleurs soins dans plus de 140 pays, nous améliorons la qualité de vie des patients, réduisons l'impact des maladies chroniques et réduisons les coûts des systèmes de santé.



uMEn est une mutuelle née du regroupement de 3 mutuelles en 2011.

En optant pour ce nom en 2017, elle souligne ainsi son attachement aux valeurs humanistes et sa vision de la santé,

Héritière de sociétés de secours qui poursuivaient le même objectif : venir en aide aux malades et à ceux qui ne sont pas en mesure de travailler, elle a développé une gamme de produits de santé, prévoyance et obsèques en adéquation avec les besoins d'aujourd'hui.



La Fondation DB a été créée le 30 juillet 2018, avec pour objectif principal de soutenir tout projet et initiative d'intérêt général en faveur de l'enfance notamment en lien avec la recherche scientifique, la santé ou le bien-être des enfants malades et de leur famille.

© 2023 Association SPARADRAP

Si vous souhaitez vous désinscrire de notre newsletter, cliquez [ici](#)