

# Association qualité de sommeil et diabète de type 2 mal équilibré : à propos de 50 diabétiques tunisiens

Stambouli I ; Ben othman R ; Sfar H ; Ben Amor N ; Jemai Ch ; Mahjoub F ; Berrich O ; Jammoussi H

Service A de diabétologie et maladies nutritionnelles , Institut national de nutrition de tunis

## Introduction-but de travail :

Le temps consacré au sommeil se réduit depuis quelques dizaines d'années, tandis qu'explose une épidémie d'obésité et de diabète. Les études de restriction expérimentales de sommeil ont mis en évidence une dysrégulation endocrinienne avec en particulier une insulino-résistance. L'objectif de notre étude est d'évaluer la qualité de sommeil chez un groupe de patients diabétiques de type 2 mal équilibrés ( $hba1c > 7\%$ ) et dépister des troubles anxieux et dépressifs chez eux .

## Population et méthodes :

Il s'agit d'une étude transversale, descriptive ayant concerné 50 patients diabétiques de type 2. Chaque patient a bénéficié d'un interrogatoire, d'un examen physique et d'un bilan biologique. La qualité du sommeil a été évaluée à l'aide d'une échelle de qualité de sommeil (Pittsburgh) et d'une échelle de somnolence diurne (Epworth). Les troubles anxieux et dépressifs à l'aide du questionnaire (HAD).

## Résultats :

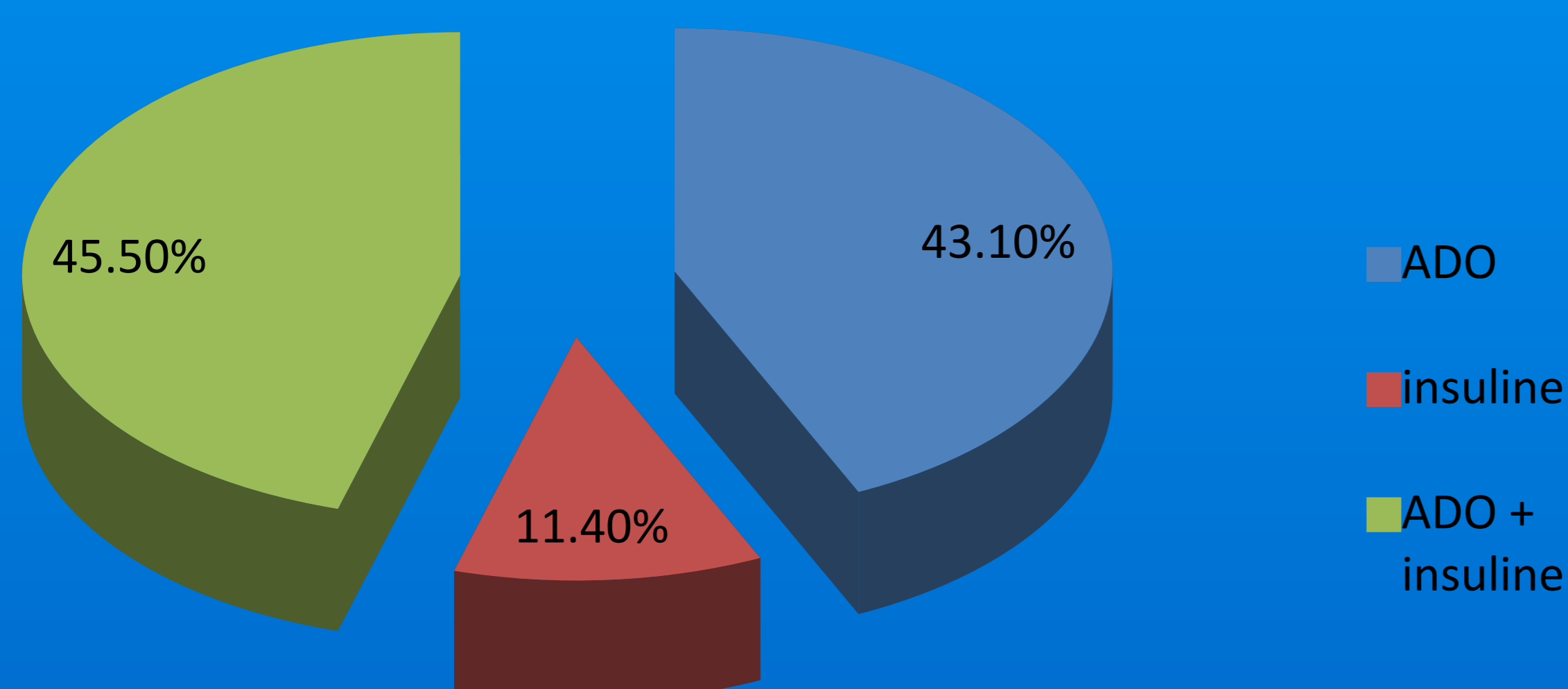
**Tableau 1 :** Caractéristiques de la population étudiée

Age moyen (ans)	55,5 ± 12,26
Sexe ratio (F/H)	1,2
Durée moyenne d'évolution du diabète (ans)	11,07 ± 8,2
Hémoglobine glyquée moyenne (%)	10,56 ± 2,25
Score moyen ( pittsburgh)	9,2 ± 3,49

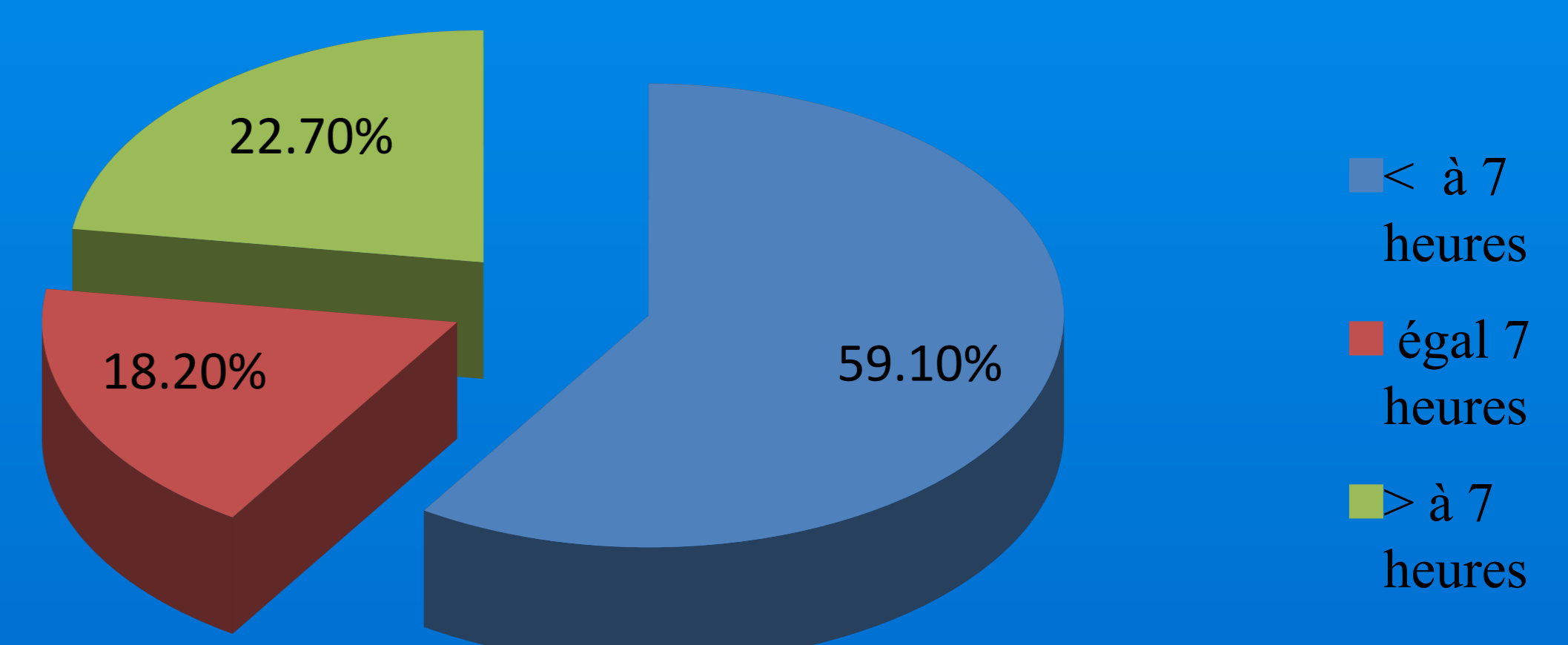
**Tableau 2 :** corrélations entre certaines caractéristiques de la population et une qualité de sommeil altérée

paramètres	P
Age > à 50 ans	0,04
BMI > à 30 kg/m <sup>2</sup>	0,01
Comorbidités ( HTA)	0,08
Présence de troubles anxio-dépressifs ( HAD > à 8 )	0,002
Activité physique réduite ( < à 150 min par semaine )	0,009

**Figure 1 :** répartition des patients selon le schéma thérapeutique:



**figure 2 :** durée de sommeil de notre population



## Conclusion :

Les troubles du sommeil sont fréquents chez les diabétiques type 2 entraînant une baisse de leur qualité de vie et entraînant une augmentation des morbidités cardiovasculaires d'où l'intérêt de faire un dépistage précoce afin de traiter ces pathologies.