

Sommeil en sécurité

Les enjeux



Aurore Côté md

**Hôpital de Montréal pour enfants
Centre universitaire de santé McGill**



Objectifs

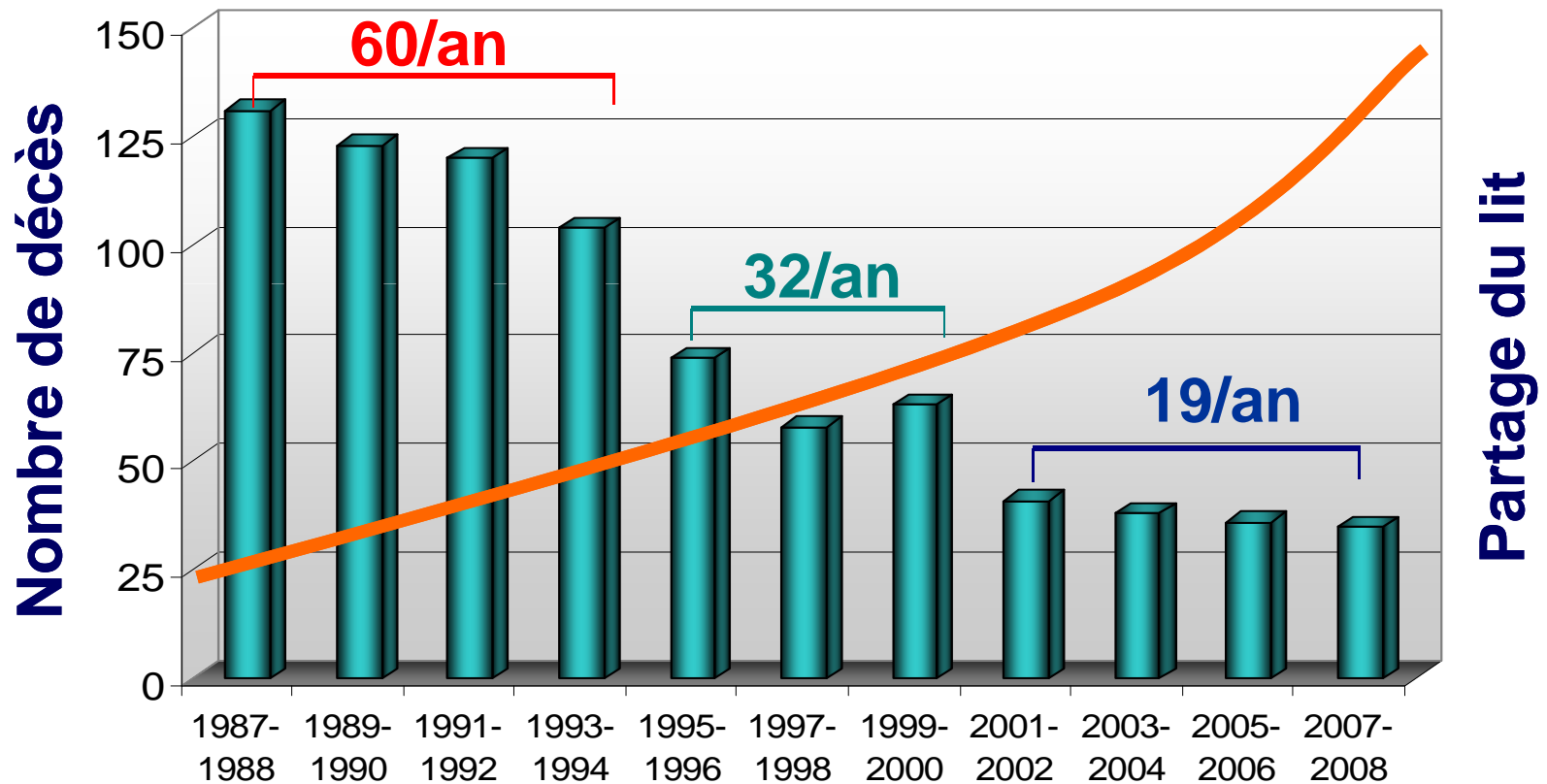
- Saisir l'origine des recommandations émises par les autorités de la santé.
- Saisir les divers enjeux associés à la pratique du sommeil partagé
- Outiller l'intervenant afin qu'il détecte les indices rassurants ou inquiétants de chaque situation.



Constats depuis les années 1990s

- La mort subite du nourrisson (MSN) est associée à des facteurs de risques **modifiables**
- Il y a plus d'investigation des circonstances du décès
- Il y a augmentation de l'allaitement → partage du lit
- Il y a **moins de décès** mais **plus de décès en partage du lit**

Évolution des décès subits au Québec



Institut de la statistique du Québec
Côté et al. 1999 et 2010



Société canadienne de pédiatrie

Le lieu de sommeil le plus sécuritaire pour le nourrisson est sa propre couchette, installée dans la chambre de ses parents pendant les six premiers mois.



Décès subit et partage du lit

- **Décès accidentel**
- **Cause médicale**
 - Toute cause expliquée (cardiopathies, infections)
- **Mort subite du nourrisson**
 - Décès inexpliqué



Risques inhérents au partage du lit

- Risque de coincçage
- Risque de compression

Secondaire à :

- Fatigue extrême
- Vigilance ↓ (médicaments)
- Enfant plus vieux seul dans lit



Décès subit et partage du lit

- **Décès accidentel**
- **Cause médicale**
 - Toute cause expliquée (cardiopathies, infections)
- **Mort subite du nourrisson**
 - Décès inexpliqué



Comment diagnostiquons-nous la MSN ?

**La MSN n'est pas un diagnostic
MSN = ignorance de la cause**



Trouvailles autopsiques

Décès par asphyxie et MSN

- Oedème cérébral
- Congestion des organes
- Pétéchies

**On ne peut pas différencier
l'asphyxie de la MSN**



Mort subite du nourrisson

- **Facteurs de risques :**
 - **Tabagisme maternel durant la grossesse**
 - **Position de sommeil sur le ventre**
 - **Environnement non-sécuritaire / partage du lit**

Mort subite du nourrisson

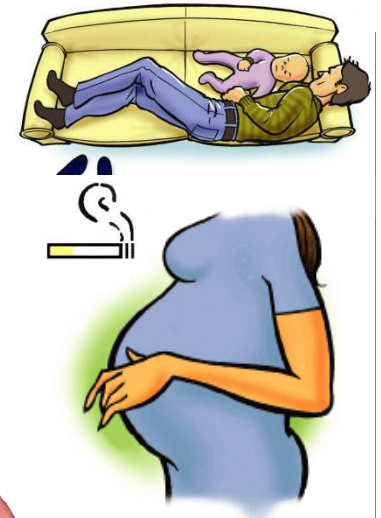


La génétique charge le revolver



Les facteurs de risque appuient sur la gâchette

Risque élevé



Risque très bas



Partage du lit



Histoire

- Dans toute l'Histoire de l'humanité, les nourrissons ont dormi dans la même pièce que leurs parents
- Le partage d'un lit d'adulte avec édredons et oreillers est une pratique récente



REVIEW ARTICLE

Benefits and Harms Associated With the Practice of Bed Sharing

A Systematic Review

Tanya Horsley, PhD; Tammy Clifford, PhD; Nicholas Barrowman, PhD; Susan Bennett, MB, ChB, FRCP; Fatemeh Yazdi, MSc; Margaret Sampson, MLIS; David Moher, PhD; Orvie Dingwall, MLIS; Howard Schachter, PhD; Aurore Côté, MD

Arch Pediatr Adolesc Med. 2007;161:237-245



Résultats

- Il y a une **association** entre le partage du lit et la MSN en présence de tabagisme parental
- Une telle association **n'a pas été retrouvée** en l'absence de tabagisme parental

Facteur crucial





**Combien de décès sont
potentiellement dus à des
pratiques de sommeil non
sécuritaires ?**

38% des cas

**Étude québécoise sur les décès
1991-2008**



Des histoires de partages du lit . . .



...bébé trouvé sans vie presque sous la mère par papa, doit retourner la mère pour voir le bébé; la mère a consommé 4-5 bières en soirée, couche le bébé sur le ventre, sur elle pour dormir.



... mère exténuée, se couche le soir avec BB qui est sur le ventre; retrouvé sans vie le lendemain, de l'autre côté, visage dans matelas; mère ne se rapelle de rien.



...parents très fatigués, père difficile à réveiller quand BB trouvé sans vie, face dans un oreiller. BB dormait sur ventre de papa.



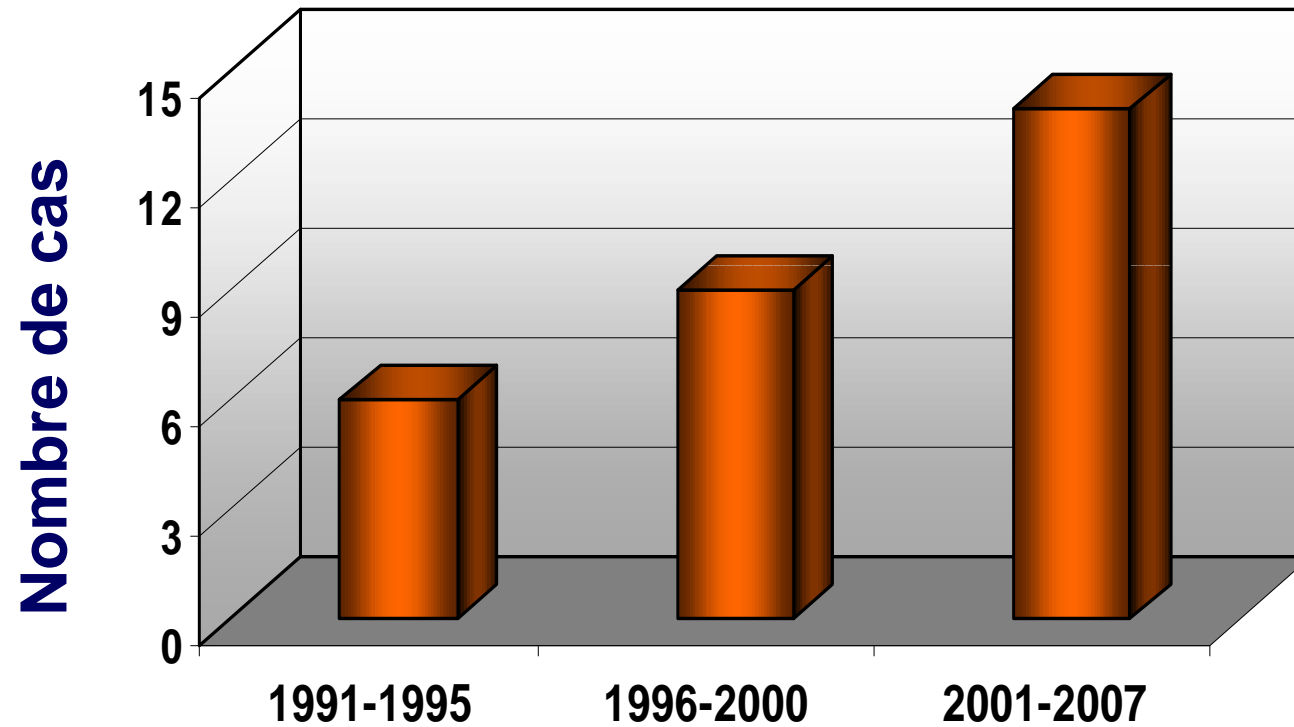
La grand mère rend visite à sa fille le matin, voit sa fille sur le divan, enlève la couverture et la petite est sur sa mère, la tête entre maman et divan, sans vie.

...mère s'est levé 3 fois pour consoler BB puis a demandé à papa de s'en occuper; BB découvert sans vie par maman le matin, sur le côté, face contre thorax du père (marques de compression au visage); papa avait consommé 4 bières la veille en soirée.



Père prend 4 bières en soirée, couche sur divan avec BB; au réveil BB sous lui, inanimé.

Co-dodo sur sofa

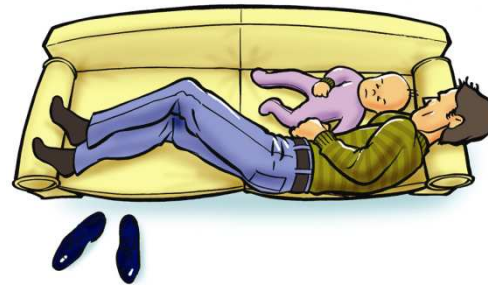




Des décès potentiellement évitables !

Quelles circonstances ?

- Sofa



- Alcool



- Extrême fatigue

- Parents et enfants

- Tabagisme durant grossesse





Recommendations



Historique des recommandations

- **Académie américaine de pédiatrie**
 - 1997 : Partage du lit non découragé, recommandation pour la sécurité
 - 2000 : Bébé dans sa couchette
 - 2005 : *'A separate but proximate sleeping environment is recommended'*
- **Société canadienne de pédiatrie**
 - Énoncé en 2004 : bébé dans sa couchette dans la chambre des parents + Recommandations pour la sécurité
- **Mieux vivre avec son enfant (INSPQ)**
 - Avant 2005 : Pas de recommandations spécifique sur le lieu de sommeil de bébé
 - Après, suit les recommandations de la SCP
- **Unesco – IAB**
 - 2005 : Recommandations pour la sécurité
 - Changements après 2006



Autorités en matière de santé

- Plusieurs experts pensent qu'il est **impossible** de rendre tous les environnements de sommeil sécuritaires
- Il est donc **risqué** de recommander le partage du lit



Se rappeler que . . .

- Les parents **s'inspirent** des pratiques de soins aux bébés
- Les parents **“adaptent”** les pratiques observées.



Société canadienne de pédiatrie

Le lieu de sommeil le plus sécuritaire pour le nourrisson est sa propre couchette, installée dans la chambre de ses parents pendant les six premiers mois.



Agence de la santé publique du Canada

www.santepublique.gc.ca

Le lieu de sommeil le plus sécuritaire pour le nourrisson est sa propre couchette ou un berceau, installée dans la chambre de ses parents pendant les premiers mois.



Agence de la santé publique du Canada

www.santepublique.gc.ca

- **Emphase sur les facteurs de risque**
 - Tabagisme maternel durant la grossesse
 - Sommeil sur le ventre
- **Emphase sur les facteurs de protection**
 - Allaitement
 - Partage de la chambre des parents

Dans la pratique . . .

- Informer
- Conseiller, ne pas imposer
- Prioriser





Dans la pratique . . .

- Reconnaître avec les parents les situations **problématiques**
- Il y a une différence entre
 - Mère non-fumeuse qui allaite, BB sur le dos, grand lit double
 - Mère fumeuse, seule, pas de lit de BB, consommation occasionnelle ou régulière

Promouvoir l'allaitement "sécuritaire" à la maison?

**Avertir les parents de pratique
potentiellement dangereuses:**

Dormir sur le ventre

Dormir sur le ventre de quelqu'un

**Partage du lit risqué : alcool,
fatigue extrême**

Partage d'un sofa pour dormir



Allaitement

Sommeil en sécurité

Diversité culturelle



ENFANTER LE MONDE
BIRTHING THE WORLD