

Les traitements

Dernière mise à jour : 18-02-2010

Le traitement de l'hypersomnie idiopathique ne veut pas dire guérison. Il existe cependant quelques cas de guérison spontanée non expliquée. J'ai intitulé cette partie : "Les traitements" de l'hypersomnie idiopathique puisqu'il existe différents médicaments potentiels. Le traitement pharmacologique contre la somnolence le plus connu se fait par des psychostimulants tel que le modafinil (Modiodal®, Provigil®). Il semble que le modiodal soit efficace à faible dose (entre 100 et 300mg) pour une partie des patients. Le traitement peut se prendre en une ou deux prises (matin voir midi) . Mais pour certains patients, le modiodal, même à forte dose (600mg) ne semble pas être la solution. Il est donc inutile de rester sur cette molécule si le traitement est inefficace puisqu'il y a d'autres alternatives. On a ensuite le méthylphénidate sous forme classique : ritaline, ou sous la forme à libération prolongée : ritaline LP et concerta. La ritaline nécessitera plusieurs prises par jour car sa durée d'action n'est pas assez longue. La ritaline se prend en comprimé de 10 mg et la dose journalière varie de 10 à 60 mg. La ritaline LP 20mg est d'action plus longue mais contre cet inconvénient on peut utiliser le concerta qui existe en comprimé de 18, 36 et 54mg. On a besoin normalement de ne le prendre qu'au matin ce qui évite les problèmes liés à l'oubli de prendre les comprimés du midi. Mais on peut aussi avoir besoin en complément du concerta d'un peu de ritaline pour augmenter la vigilance en fin d'après midi. Si cette solution n'est pas satisfaisante on pourra essayer la Dextroamphétamine (Dexamphétamine) : Dexedrine®, Dextrostat® ou le Mazindol: Teronac®, Sanorex®. De même on pourra envisager une association modiodal-ritaline dans certains cas, voir l'introduction d'anti-dépresseurs stimulants Fluoxetine : Prozac® ou Venlafaxine : Effexor®. Ainsi le traitement de cette maladie est assez complexe et demande de la persévérance de la part du patient et du spécialiste. Un autre type de traitement concerne la nuit. On pourra envisager la prise de mélatonine le soir afin d'avancer le cycle de sommeil pour aider à se réveiller le matin. Le xyrem est également une idée de traitement puisqu'il pourra consolider le sommeil voir aider au réveil. Un suivi psychologique peut être envisagé parallèlement au traitement pharmacologique puisque l'hypersomnie idiopathique, même si elle n'est pas issue de la dépression, va provoquer l'apparition d'un peu de dépression qui pourra augmenter les symptômes. Ainsi il faut se battre sur différents domaines. De même il faudra que la personne garde de bonnes habitudes concernant son alimentation, son activité...

J'ajouterai une remarque personnelle qui est que cette maladie semble être moins grave chez un jeune chef d'entreprise que chez un étudiant. Je pense que c'est principalement du à l'obligation du chef d'entreprise de travailler et de se forcer à remplir ses différentes missions qui sont pour lui primordiales. De plus il subit un stress important et son rôle capital dans la société tant à vraiment le motiver et l'obliger ce qui limitera ses troubles. Alors qu'un étudiant sera plus facilement tenté de diminuer ses horaires pour laisser place à la maladie. Ainsi chez les personnes sans emplois je trouve que leur état est particulièrement prononcé. C'est pourquoi je pense qu'il faut également faire une démarche active pour trouver des activités que l'on aime et qui nous sont utiles afin de pouvoir lutter contre la fatigue et la somnolence. La motivation intérieure et les obligations relationnelles et hiérarchiques sont très importantes. Pour conclure cette partie traitement je pense que la très grande variabilité des réponses au traitement prouve que dans l'hypersomnie idiopathique le traitement pharmacologique n'est pas la seule arme à utiliser et qu'il faudra faire attention à ce qu'aucun comportement (volontaire ou involontaire) ne puisse entraver l'efficacité du traitement. Ici le suivi du spécialiste voir d'un généraliste ou d'un psychologue tout comme le soutien familial sera d'une grande importance.