



Des chercheurs de l'Université de New-York, ont voulu savoir si la **présence du Syndrome d'Apnée Obstructive du Sommeil (SAOS), généralement lié à des ronflements chez l'adulte, était associée au développement précoce de déficience cognitive légère, de maladie d'Alzheimer ou d'autres démences.** Leur étude a été réalisée chez des personnes âgées ayant participé à la cohorte Alzheimer's Disease Neuroimaging Initiative (ADNI). **Les chercheurs ont également examiné si la prise en charge du SAOS par administration d'une pression positive continue (PPC) dans les voies aériennes était associée à une apparition plus tardive du déclin cognitif.**

Ce traitement non invasif, indiqué en première intention, permet de retrouver un sommeil et un réveil de meilleure qualité, et peut également s'accompagner d'une réduction de la pression artérielle et de la disparition des ronflements.

Pour cela, trois groupes (issus de la cohorte ADNI) ont été créés selon des critères spécifiques:

- SAOS+ (présence de troubles respiratoires)
- SAOS- (pas de présence de troubles respiratoires)
- SAOS + PPC

Dans chacun de ces 3 groupes, les patients étaient classés en sous-groupes comme suit :

- **Sous-groupe 1 : patients atteints d'une déficience cognitive,**
- **Sous-groupe 2 : patients atteints d'une déficience cognitive depuis minimum 3 ans,**
- **Sous-groupe 3 : patients atteints d'une déficience cognitive progressant en maladie d'Alzheimer ou démence.**

Les résultats montrent que l'apparition d'une déficience cognitive est plus précoce chez les personnes présentant un SAOS, par rapport à celles n'ayant pas de SAOS quel que soit le sous-groupe considéré, et respectivement **73 ans vs 84 ans, 72 vs 83 ans et 77 vs 89 ans.**

Les patients atteints de SAOS avaient également un risque d'apparition plus précoce de maladie d'Alzheimer ou autres démence (83 vs 88 ans) que ceux ne présentant pas de SAOS.



Il a également été observé que l'utilisation de PPC retardait l'âge d'apparition d'une déficience cognitive : 82 vs 73 et 82 vs 72 ans selon les sous-groupes 1 et 2.

En conclusions, **le SAOS est associé à l'apparition précoce (10 ans plus tôt !) d'un déclin cognitif** s'il n'est pas pris en charge. **Une solution simple et efficace est donc le traitement par PPC** permettant, entre autres, de retarder l'âge d'apparition de déficience cognitive et de faire disparaître les ronflements.

Source: [Ricardo S. O., Tyler G., Elizabeth P., et al., *Sleep-disordered breathing advances cognitive decline in the elderly*. Neurology - April 2015.](#)