

## Matinalité / Vespéralité, concomitants de l'échelle MEQ Observés à l'occasion de 5747 consultations sommeil.

D. Cugy – Unité de sommeil Bordeaux

L'utilisation systématique d'auto-questionnaires incluant l'échelle MEQ (fig1, 1), à l'occasion de consultation sommeil, permet de déterminer la typologie des patients selon qu'ils sont fortement du soir, de typologie intermédiaire, du matin ou fortement du matin. L'utilisation d'une base de données contenant l'ensemble des données relatives au patient (questionnaires, clinique, biologie) nous permet de croiser les typologies à des paramètres biologiques.

1) En ne pensant qu'à l'heure de votre meilleure forme, à quelle heure vous l'évaluez-vous si vous étiez absolument libre d'organiser votre journée? Marquez d'un trait

2) Est-ce que vous vous sentez fatigué dans la demi-heure qui suit votre réveil?

3) A quelle heure le soir vous sentez-vous fatigué à cause du manque de sommeil? Marquez d'un trait

4) A quelle heure de la journée estimez-vous atteindre le meilleur de votre forme? Marquez d'un trait

5) On parle de "gens du matin" et de "gens du soir". Dans quelle catégorie vous rangeriez-vous? Marquez d'un trait

Fig1 : Echelle MEQ

### Méthode :

4977 scores MEQ ont été croisés avec 326 dosages de vitamine D, 390 dosages de TSH, 479 dosages de ferritine, d'ALAT, ... ainsi qu'avec les auto-questionnaires d'Epworth, ADA Pichot, Q2DA Pichot.

### Résultats :

Il est retrouvé des associations significatives entre typologie et ferritinémie ( $p=0,03$ ), ALAT ( $p=0,0104$ ), Gamma GT ( $p=0,0131$ ) et avec les échelles de somnolence ( $p=0,024$ ), de dépression Q2DA ( $p<0,001$ ), d'asthénie ( $p<0,001$ ). Il n'est pas trouvé de relations avec la NFS, le cholestérol, les triglycérides, la TSH.

Tableau ANOVA pour FERRITINE

	ddl	Somme des carrés	Carré moyen	Valeur de F	Valeur de p	Lambda	Puissance
CAT HORNE	4	193026,770	48256,693	2,611	,0349	10,445	,732
Résidu	455	8409414,437	18480,032				

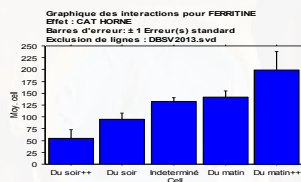


Tableau ANOVA pour FERRITINE

	ddl	Somme des carrés	Carré moyen	Valeur de F	Valeur de p	Lambda	Puissance
CAT HORNE	4	193026,770	48256,693	2,611	,0349	10,445	,732
Résidu	455	8409414,437	18480,032				

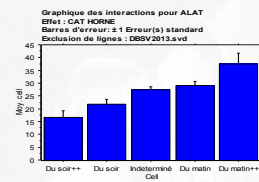


Tableau ANOVA pour GAMMA\_GT

	ddl	Somme des carrés	Carré moyen	Valeur de F	Valeur de p	Lambda	Puissance
CAT HORNE	4	36676,302	9169,575	3,215	,0131	12,659	,832
Résidu	338	894108,328	2622,362				

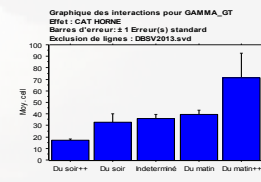


Tableau ANOVA pour ESS

	ddl	Somme des carrés	Carré moyen	Valeur de F	Valeur de p	Lambda	Puissance
CAT HORNE	4	346,346	86,586	2,793	,0248	11,172	,771
Résidu	4036	149208,638	31,003				

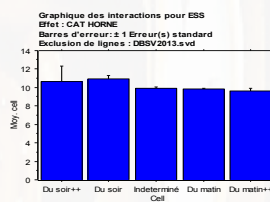


Tableau ANOVA pour ADA

	ddl	Somme des carrés	Carré moyen	Valeur de F	Valeur de p	Lambda	Puissance
CAT HORNE	4	13994,359	3473,590	52,123	<0,001	209,492	1,000
Résidu	4746	316483,830	66,642				

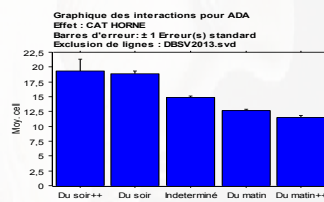
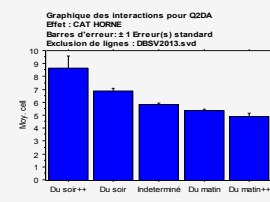


Tableau ANOVA pour Q2DA

	ddl	Somme des carrés	Carré moyen	Valeur de F	Valeur de p	Lambda	Puissance
CAT HORNE	4	845,830	211,457	16,417	<0,001	65,669	1,000
Résidu	4124	53118,159	12,880				



### Discussion :

Les données biologiques observées en rapport avec la typologie matinité/vespéralité posent la question d'un effet en rapport avec l'heure de prélèvement (habituellement vers 8h en France) ou d'un effet spécifique en rapport avec la typologie. Des travaux complémentaires sont à réaliser. Les associations avec les réponses aux autres auto-questionnaires laissent à penser que ces auto-questionnaires devraient être analysés en fonction de la typologie déterminée selon l'échelle MEQ.

### Bibliographie :

(1) Taillard J & al; Validation of Horne and Ostberg morningness-eveningness questionnaire in a middle-aged population of French workers; J Biol Rhythms. 2004 Feb;19(1):76-86.