

Médecine du sommeil (SSSSC)

Programme de formation complémentaire du 1^{er} juillet 2019

Texte d'accompagnement du programme de formation complémentaire en médecine du sommeil (SSSSC)

L'attestation de formation complémentaire (AFC) en médecine du sommeil correspond à l'ancien certificat de capacité en médecine du sommeil de la Société suisse de recherche sur le sommeil, de médecine du sommeil et de chronobiologie (SSSSC).

Par l'obtention de l'AFC en médecine du sommeil, les médecins ayant accompli une formation postgraduée clinique en particulier en neurologie, pneumologie ou psychiatrie et psychothérapie (adultes et enfants) prouvent qu'ils ont acquis des connaissances approfondies en médecine du sommeil, y compris ses aspects diagnostiques, thérapeutiques et préventifs, grâce à une formation postgraduée et continue ciblée. La formation postgraduée est complétée par un examen écrit (www.swiss-sleep.ch).

De plus amples informations et des documents complémentaires à ce sujet peuvent être demandés par écrit au secrétariat de la

Société suisse de recherche sur le sommeil, de médecine du sommeil et de chronobiologie (SSSSC)
c/o Beatrice Anderlohr-Streule
Universitäre Psychiatrische Kliniken (UPK)
Wilhelm Kleinstrasse 27
4002 Bâle
Tél. : +41 61 325 54 74
Courriel : beatrice.anderlohr@upkbs.ch
Internet : www.chronobiology.ch

Attestation de formation complémentaire (AFC) en médecine du sommeil (SSSSC)

1. Généralités

1.1 Description du domaine / de la spécialité

La médecine du sommeil traite du diagnostic, du traitement, de la prévention et de l'étude scientifique des troubles du sommeil, de la somnolence diurne, des troubles du comportement durant le sommeil et des dérèglements du cycle veille-sommeil, et de tous les troubles liés au sommeil de manière générale.

Les principales sociétés de discipline médicale impliquées dans le diagnostic et le traitement des divers troubles du cycle veille-sommeil sont les suivantes : neurologie, pneumologie et psychiatrie (adultes et enfants). Une part importante de la formation pour obtenir l'un des titres de spécialiste précités est consacrée à la médecine du sommeil.

1.2 Objectif de la formation postgraduée

L'AFC permet à son détenteur de diagnostiquer et de traiter les troubles du sommeil en toute autonomie et sous sa propre responsabilité. Celui-ci doit non seulement connaître les troubles du cycle veille-sommeil dans sa propre spécialité mais aussi être à même de diagnostiquer et de traiter de manière autonome ou en collaboration avec les spécialistes concernés les 80 troubles recensés dans la classification internationale des troubles du sommeil (*International Classification of Sleep Disorders, ICSD*).

2. Conditions pour l'obtention de l'AFC

2.1 Titre fédéral de spécialiste ou titre de spécialiste étranger reconnu

2.2 Attestation des compétences et connaissances acquises conformément aux ch. 3 et 4 et réussite de l'examen final conformément au ch. 5

2.3 Autres prérequis

- Les spécialistes en neurologie et les spécialistes en pédiatrie porteurs du diplôme de formation approfondie en neuropédiatrie doivent être détenteurs de l'AFC en électroencéphalographie (SSNC).
- Les spécialistes en pneumologie et les spécialistes en pédiatrie porteurs du diplôme de formation approfondie en pneumologie pédiatrique doivent être détenteurs du [certificat de polygraphie respiratoire](#). Les prestations nécessaires à l'obtention de cette AFC sont également reconnues pour l'obtention de l'AFC en médecine du sommeil (polygraphies).
- Les spécialistes en psychiatrie et psychothérapie ou en psychiatrie et psychothérapie d'enfants et d'adolescents doivent attester leurs connaissances dans un modèle psychothérapeutique spécifique scientifiquement reconnu pour pouvoir traiter les troubles du sommeil, conformément aux conditions posées par la commission spécialisée de psychiatrie et psychothérapie de la SSSSC (www.swiss-sleep.ch).

3. Durée, structure et dispositions complémentaires

3.1 Durée et structure de la formation postgraduée

- La formation postgraduée spécifique en médecine du sommeil dure **2 ans** et doit être accomplie dans des centres reconnus pour la médecine du sommeil conformément aux directives de la SSSSC (cf. [Directives pour la reconnaissance des centres de médecine du sommeil](#)). La moitié au moins de la formation postgraduée est à accomplir dans un centre de formation de catégorie A ; le reste de la formation peut avoir lieu dans un centre de catégorie B. Les périodes de formation postgraduée accomplies à l'étranger sous la direction d'un formateur agréé peuvent être reconnues, dans la mesure où les dispositions du ch. 3.5.4 sont remplies.
- Pour les spécialistes en neurologie, pneumologie ou psychiatrie et psychothérapie (adultes et enfants), **18 mois** de la formation postgraduée spécifique accomplie dans leur spécialisation sont reconnus pour l'AFC en médecine du sommeil. Sur les **min. 6 mois** de formation en médecine du sommeil, la moitié doit être accomplie dans un centre de formation de catégorie A, reconnu pour la médecine du sommeil (cf. [Directives pour la reconnaissance des centres de médecine du sommeil](#)) ; le reste de la formation peut avoir lieu dans un centre de catégorie B.
- La recherche clinique ou fondamentale portant sur des aspects de la médecine du sommeil, accomplie dans un centre de formation disposant d'installations spécifiques ou dans le cadre d'un programme MD-PhD, peut être reconnue pour **max. 6 mois** en vue de l'obtention de l'AFC en médecine du sommeil, mais elle ne peut pas remplacer la formation postgraduée pratique visée au ch. 3.2.2. Cette disposition ne s'applique pas aux spécialistes en neurologie, pneumologie ou psychiatrie et psychothérapie (adultes et enfants).

3.2 Structure de la formation postgraduée

La médecine du sommeil est une activité fondamentalement interdisciplinaire qui exige d'importantes connaissances dans les disciplines apparentées. Une attention particulière est donc accordée aux domaines les plus importants de la médecine du sommeil, à savoir les aspects neurologiques, pneumologiques et psychiatriques. Les aspects cardiologiques, métaboliques et ORL de la médecine du sommeil doivent également être inclus.

3.2.1 Formation postgraduée théorique

- La formation postgraduée théorique en médecine du sommeil comporte **10 crédits** à acquérir durant l'année (12 mois) qui précède le dépôt de la demande d'obtention de l'AFC, par des sessions de formation continue (congrès, cours, séminaires, ateliers) reconnues par la SSSSC ou par une société étrangère analogue (conformément aux indications sur le site de la SSSSC, www.swiss-sleep.ch). Un crédit correspond à 45-60 minutes de formation continue théorique.
- Durant sa formation postgraduée, le candidat doit participer à au moins 1 congrès national de la SSSSC.
- Une activité scientifique dans le domaine de la médecine du sommeil peut être validée à hauteur de la moitié des crédits à acquérir pour la formation postgraduée théorique (toute publication en tant que premier et dernier auteur dans des revues internationales avec comité de lecture énumérées sur Medline donne droit à 3 crédits ; une publication en tant que co-auteur, à 1 crédit).

3.2.2 Formation postgraduée pratique

- Prises en charge d'au moins **50 patients en médecine du sommeil** dans les différentes disciplines spécialisées selon le ch. 2, évaluées et documentées sous la supervision d'un responsable du centre de médecine du sommeil.
- Réalisation d'au moins **30 polysomnographies**, évaluées et documentées sous la supervision d'un responsable du centre de médecine du sommeil.

- Réalisation autonome d'au moins **5 polysomnographies**, attestées par le responsable du centre de médecine du sommeil. Le candidat fixe lui-même les électrodes sous la direction du laborantin et effectue la biocalibration, y compris les corrections nécessaires en cas d'artefacts et de qualité insuffisante des signaux.
- Réalisation d'au moins **10 polygraphies respiratoires**, évaluées et documentées sous la supervision du responsable principal, du *pneumologue* responsable ou du médecin consultant du centre de médecine du sommeil.
- **Ajustements de la CPAP sur au moins 10 patients**, évalués et documentés sous la supervision du responsable principal, du *pneumologue* responsable ou du médecin consultant du centre de médecine du sommeil.
- Réalisation d'au moins **15 tests de vigilance** (MSLT, MWT, simulation de conduite) sur des patients différents, évalués et documentés sous la supervision du responsable principal, du *neurologue* responsable ou du médecin consultant du centre de médecine du sommeil.
- Réalisation de **10 actigraphies**, évaluées et documentées sous la supervision du responsable principal, du *neurologue* ou *psychiatre* responsable ou du médecin consultant du centre de médecine du sommeil.
- Attestation d'au moins **5 heures de psychothérapie dans un modèle scientifiquement reconnu** avec des patients atteints de troubles du sommeil, pour les candidats de disciplines autres que la psychiatrie, sous la supervision du *psychiatre* responsable ou du médecin consultant du centre de médecine du sommeil. Pour les spécialistes en psychiatrie et psychothérapie, les dispositions du ch. 2.3 s'appliquent.

Le nombre minimal d'examens cliniques et de traitements requis conformément aux dispositions ci-dessus doit être inscrit dans le logbook et attesté par les responsables concernés ou par les médecins consultants du centre de médecine du sommeil. L'évaluation d'un même examen / d'un même patient par plusieurs candidats n'est pas admise. Les discussions de cas (colloque) ne sont pas prises en compte.

3.3 Dispositions complémentaires

3.3.1 Début de la formation postgraduée

La formation postgraduée en vue de l'obtention de l'AFC en médecine du sommeil peut être entièrement accomplie durant le cursus de formation en vue de l'obtention du titre de spécialiste. L'AFC ne pourra toutefois être décernée qu'après l'obtention du titre de spécialiste.

3.3.2 Objectifs de formation et logbook

Les objectifs de formation théoriques et pratiques et les contenus enseignés dans les établissements de formation postgraduée selon le ch. 3 du présent programme doivent être documentés en continu dans le logbook. Le candidat joint une copie de son logbook (munie de la signature du responsable du centre certifié en médecine du sommeil) à sa demande d'AFC. Si nécessaire, les indications figurant dans le logbook peuvent faire l'objet d'une vérification approfondie ; il convient donc de conserver la documentation de chaque examen réalisé.

3.3.3 Formation accomplie à l'étranger et reconnaissance des certificats étrangers

Les activités cliniques et les cours accomplis à l'étranger sont validés dans la mesure où leur équivalence est reconnue. Pour cela, les conditions mentionnées ci-dessous doivent être remplies. La charge de la preuve revient au candidat.

Les détenteurs d'un certificat étranger équivalent à l'AFC en médecine du sommeil de la SSSSC, délivré par une société de discipline étrangère en médecine du sommeil, peuvent obtenir l'AFC de la SSSSC si les conditions suivantes sont remplies :

- La formation a été accomplie dans des centres de médecine du sommeil répondant aux directives pour la reconnaissance des centres de médecine du sommeil de la SSSSC (<http://swiss-sleep.ch/sleep-medicine/certify-your-centre/>), qui s'appliquent en particulier aux périodes de formation dans un centre de catégorie A.
- La qualification du responsable doit répondre aux exigences suisses et l'interdisciplinarité doit être garantie (neurologie, pneumologie ainsi que psychiatrie et psychothérapie).
- Le candidat doit dûment documenter ses périodes de formation postgraduée, les crédits obtenus et les interventions requises pour la formation postgraduée pratique et les faire attester par le responsable du centre. Une autodéclaration ne suffit pas.
- Le candidat a réussi l'examen ESRS ou, le cas échéant, un examen similaire en médecine du sommeil organisé dans le pays concerné.
- Les justificatifs sont à joindre à la demande d'obtention de l'AFC à remettre au secrétariat de la SSSSC. L'AFC est décernée après vérification des conditions par la commission de formation postgraduée et continue.

3.3.4 Temps partiel

Possibilité d'accomplir toute la formation postgraduée à temps partiel (taux minimal : 50 %), conformément à l'art. 32 de la Réglementation pour la formation postgraduée de l'ISFM). La formation postgraduée accomplie à temps partiel est validée proportionnellement.

4. Contenu de la formation postgraduée

La formation postgraduée en médecine du sommeil intègre dans une même mesure les aspects neurologiques, pneumologiques et psychiatriques de la discipline. Les aspects du domaine ORL, les problèmes cardiaques et métaboliques associés aux troubles du sommeil ainsi que les troubles du cycle veille-sommeil chez l'enfant doivent également être pris en compte. Le candidat doit pouvoir attester une expérience pratique et théorique auprès d'adultes et d'enfants dans tous les domaines de la médecine du sommeil conformément à l'ICSD, tant au niveau du diagnostic clinique et des examens complémentaires que du traitement.

4.1 Connaissances théoriques

4.1.1 Les fondements d'un sommeil sain

- Connaissances de la physiologie du sommeil, y compris de son évolution au cours de la vie et des comportements particuliers mais normaux durant le sommeil
- Bases chronobiologiques de la régulation veille-sommeil
- Connaissances de l'histoire de la recherche sur le sommeil et de la médecine du sommeil
- Connaissances des bases physiologiques pour les examens complémentaires figurant au ch. 4.2.2

Les connaissances énumérées ci-dessus s'appliquent tant aux enfants qu'aux adultes, dans la mesure où elles sont transposables.

4.1.2 Tableaux cliniques

- Connaissances de l'épidémiologie des troubles du cycle veille-sommeil
- Connaissances des conséquences sociales et sociétales des troubles du cycle veille-sommeil
- Connaissances des accidents de travail et de la circulation en raison de troubles du cycle veille-sommeil
- Connaissances de la classification internationale des troubles du cycle veille-sommeil selon l'ICSD
- Connaissances du diagnostic et du traitement de l'insomnie

- Connaissances du diagnostic et du traitement des troubles respiratoires associés au sommeil
- Connaissances du diagnostic et du traitement des troubles du mouvement associés au sommeil
- Connaissances du diagnostic et du traitement des parasomnies, y compris les crises d'épilepsie nocturnes
- Connaissances du diagnostic et du traitement des troubles du cycle veille-sommeil
- Connaissances du diagnostic et du traitement en cas de fatigue, de somnolence diurne et d'hyper-somnie
- Connaissances des liens entre les troubles du cycle veille-sommeil et les maladies relevant du domaine de la neurologie, de la pneumologie, de la psychiatrie, de l'ORL et d'autres disciplines
- Connaissances des conséquences cardiovasculaires et métaboliques des troubles du cycle veille-sommeil
- Connaissances de la prévention des troubles du cycle veille-sommeil

4.2 Connaissances pratiques

4.2.1 Expérience clinique en médecine du sommeil

- Entretien clinique avec les patients en médecine du sommeil
- Examen clinique des patients en médecine du sommeil
- Diagnostic et diagnostic différentiel précis des patients en médecine du sommeil, y compris l'information des patients et de leurs proches
- Connaissance et utilisation de questionnaires standardisés et validés en neurologie, pneumologie et psychiatrie, en tant qu'aides au diagnostic et au suivi
- Compétences approfondies dans la pose de l'indication pour un traitement spécifique des troubles du sommeil ainsi que de l'attribution à une discipline spécialisée selon le logbook
- Réalisation en toute autonomie des traitements pharmacologiques spécifiques pour l'ensemble des troubles relevant de la médecine du sommeil
- Pose de l'indication en vue d'interventions psychothérapeutiques scientifiquement reconnues en cas d'insomnies ou de troubles du cycle veille-sommeil ; les réaliser de manière autonome (psychiatre) ou référer les patients de manière ciblée

4.2.2 Examens complémentaires en médecine du sommeil

Connaissances théoriques et pratiques pour pouvoir exécuter et interpréter de manière autonome les méthodes d'examens complémentaires en médecine du sommeil énumérées au ch. 3.2.2. Le nombre d'examens requis est également mentionné au ch. 3.2.2.

4.3 Examens et interventions sous supervision

Lors d'interventions ou d'examens réalisés sous supervision directe, le formateur doit effectuer soit l'examen complet avec le médecin en formation ou, à un stade plus avancé, vérifier l'ensemble de ses résultats. Les résultats d'examen doivent dans tous les cas être visés par le formateur.

5. Examen

5.1 Modalités d'examen

Pour vérifier si le candidat remplit les objectifs de formation théoriques indiqués au ch. 4 du présent programme, un examen théorique est organisé. Les modalités de cet examen sont fixées par le comité de la SSSSC et publiées sur le site Internet de cette dernière (www.swiss-sleep.ch). Il est recommandé de passer l'examen durant la dernière partie de la formation postgraduée réglementaire selon le ch. 3.

Pour faire reconnaître les compétences pratiques, il suffit les documenter dans le logbook conformément au ch. 3. Aucun examen pratique n'est organisé.

5.2 Remise de la demande d'obtention de l'AFC en médecine du sommeil et opposition

5.2.1 Communication de la décision

Pour obtenir l'AFC au terme du cursus de formation en médecine du sommeil, le candidat doit présenter à la commission de formation postgraduée et continue de la SSSSC (cf. ch. 8) les justificatifs selon le ch. 2.2 du présent programme. La commission examine les documents fournis et approuve ou rejette la demande avec indication des motifs. La décision de la commission est communiquée au candidat par écrit avec la mention des voies de droit.

5.2.2 Opposition

En cas de refus, le candidat peut contester la décision négative auprès du comité de la SSSSC dans un délai de 30 jours à compter de la notification écrite.

6. Critères pour la reconnaissance des établissements de formation postgraduée et des formateurs

6.1 Exigences posées à tous les établissements de formation

- La formation postgraduée en vue de l'obtention de l'AFC en médecine du sommeil a lieu dans des centres de médecine du sommeil reconnus par la SSSSC ou dans des institutions équivalentes à l'étranger.
- Les exigences posées aux établissements de formation postgraduée en médecine du sommeil sont réglées dans les directives sur la reconnaissance des centres de médecine du sommeil de la SSSSC (<http://swiss-sleep.ch/sleep-medicine/certify-your-centre/>).
- La liste des centres reconnus en médecine du sommeil figure sur le site Internet de la SSSSC (www.swiss-sleep.ch).
- La reconnaissance de centres de formation à l'étranger répondant aux standards de qualité de la SSSSC est possible.

6.2 Exigences envers les formateurs

- Tous les formateurs (superviseurs, tuteurs et chargés de cours) doivent être détenteurs d'une AFC valable en médecine du sommeil.
- Les exigences envers les responsables de centres de médecine du sommeil sont réglées dans les directives sur la reconnaissance des centres de médecine du sommeil de la SSSSC (<http://swiss-sleep.ch/sleep-medicine/certify-your-centre/>).

7. Formation continue et recertification

L'AFC est valable 5 ans à compter de sa date d'établissement. Passé ce délai, il faut procéder à une recertification.

Pour la recertification, les exigences minimales suivantes doivent être attestées au cours des 5 dernières années :

- Prise en charge dûment documentée de 50 patients en médecine du sommeil

- 50 crédits de formation continue en médecine du sommeil lors de sessions reconnues par la SSSSC ou par une société étrangère analogue

Il incombe au détenteur de l'AFC de déposer sa demande de recertification dans le délai exigé. L'attestation arrive à échéance au terme de la 7^e année suivant la dernière certification. Passé ce délai, la commission de formation postgraduée et continue décide au cas par cas des conditions de recertification en fonction de la qualité et de l'activité / de la formation continue en médecine du sommeil.

Les motifs suivants donnent droit à une réduction proportionnelle des obligations de recertification lors d'une interruption de l'activité dans le domaine de l'AFC de min. 4 à max. 24 mois au total durant une période de recertification : maladie, séjour à l'étranger, maternité, activité non clinique ou autres raisons empêchant de remplir les conditions requises pour la recertification.

8. Compétences

La SSSSC est compétente pour toute question administrative en lien avec l'organisation et la mise en œuvre du programme de formation complémentaire. Dans ce but, elle nomme une commission de formation postgraduée et continue.

8.1 Commission de formation postgraduée et continue pour la formation complémentaire en médecine du sommeil

8.1.1 Nomination

La commission de formation postgraduée et continue pour la formation complémentaire en médecine du sommeil est nommée par le comité de la SSSSC.

8.1.2 Composition

La commission pour la formation postgraduée et continue se compose d'au moins 3 médecins exerçant dans le domaine de l'AFC, tous détenteurs de l'AFC en médecine du sommeil. Les 3 disciplines principales (neurologie, pneumologie ainsi que psychiatrie et psychothérapie) doivent être représentées.

8.1.3 Tâches

La commission de formation postgraduée et continue est chargée des tâches suivantes :

- Contrôler et réviser le programme de formation complémentaire et les dispositions relatives à la formation continue et à la recertification de l'AFC en médecine du sommeil, à la demande du comité de la SSSSC
- Définir le contenu et l'organisation de la formation postgraduée
- Évaluer les offres de formation postgraduée et continue
- Édicter les dispositions d'exécution du programme de formation complémentaire
- Vérifier si les conditions d'obtention de l'AFC selon les ch. 2, 3 et 4 du présent programme sont remplies
- Examiner et statuer sur les demandes d'obtention de l'AFC
- Décider de la reconnaissance des périodes de formation accomplies à l'étranger ou des certificats étrangers

8.2 Secrétariat de la SSSSC

Le secrétariat de la SSSSC est responsable de la gestion des AFC décernées et met une liste des détenteurs à la disposition de l'ISFM. Il veille également à ce que les noms des détenteurs de l'AFC figurent sur le site Internet de la SSSSC.

8.3 Autres commissions

Le comité de la SSSSC peut, au besoin, nommer des commissions supplémentaires dans le but de garantir la qualité et la mise en application du programme.

9. Émoluments

Les taxes de certification de l'AFC sont fixées par le comité de la SSSSC. Les informations concernant la certification, les taxes, les adresses de contact et les formulaires figurent sur le site Internet de la SSSSC (www.swiss-sleep.ch).

La taxe pour l'obtention de l'AFC s'élève à 100 francs.

Aucune taxe n'est perçue pour la recertification.

10. Entrée en vigueur et dispositions transitoires

L'ISFM a approuvé le présent programme de formation complémentaire le 27 septembre 2018 et l'a mis en vigueur au 1^{er} juillet 2019.

L'ancien certificat de capacité en médecine du sommeil de la SSSSC du 11 janvier 2002 est remplacé par l'AFC en médecine du sommeil de l'ISFM.

Les anciens certificats de capacité en médecine du sommeil de la SSSSC délivrés selon l'ancienne réglementation (version du 11 janvier 2002) sont automatiquement convertis en AFC en médecine du sommeil de l'ISFM. Le délai de recertification s'applique à partir de la date de la dernière recertification officielle.

Tout candidat ayant rempli l'ensemble des conditions de l'ancien programme d'ici au 1^{er} juillet 2019 peut demander à obtenir l'AFC selon les anciennes dispositions du 11 janvier 2002 au plus tard le 30 juin 2020.