



## Fatigue diurne

L'apnée du sommeil et la narcolepsie peuvent compromettre la sécurité au volant. En cas d'apnée du sommeil, les muscles de la gorge se relâchent pendant le sommeil, entraînant d'éventuelles interruptions de la respiration. Ce trouble du sommeil engendre une fatigue excessive pendant la journée. Les personnes concernées s'endorment parfois soudainement, sans signe avant-coureur, ce qui augmente le risque d'accident.

La narcolepsie provoque elle aussi une fatigue excessive. Les personnes concernées peuvent avoir des attaques de sommeil soudaines, sans signe avant-coureur, et présentent donc un risque d'accident élevé. Les traitements contre la narcolepsie peuvent également altérer la capacité de conduire.

- Selon les circonstances, des ronflements bruyants peuvent indiquer une apnée du sommeil.
- Un diagnostic et un traitement précis de l'apnée du sommeil et de la narcolepsie sont nécessaires dans tous les cas et requièrent un examen dans un laboratoire de sommeil.
- Le cas échéant, des restrictions de conduite sont nécessaires.
- Gardez à l'esprit que la plupart des méthodes pour rester éveillé au volant ne sont efficaces qu'à court terme.