

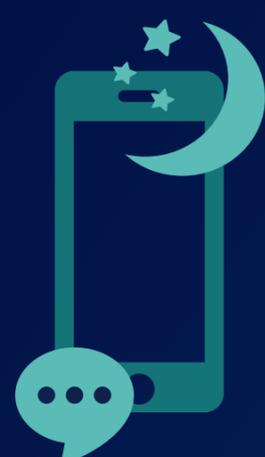
Un an après le début de la COVID-19, les problèmes de sommeil occupent une place importante



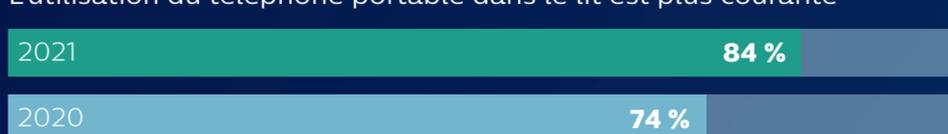
Sans surprise, le sommeil s'est détérioré au cours de cette année.

En reconnaissance de la Journée internationale du sommeil 2021, Philips a autorisé son enquête annuelle auprès de KJT Group, qui a interrogé plus de 13 000 personnes dans 13 pays pour discuter des comportements liés au sommeil. La COVID-19 a eu des répercussions sur tous les aspects de la vie quotidienne, et l'enquête a révélé que la santé du sommeil ne fait pas exception.

Les personnes reconnaissent qu'elles ne dorment pas assez :



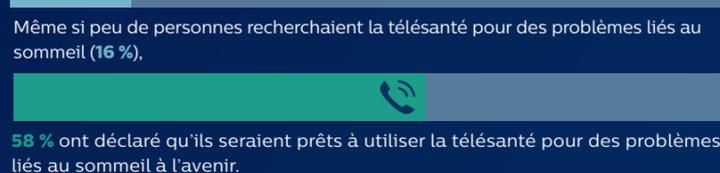
L'utilisation du téléphone portable dans le lit est plus courante



Conseil
Mettez votre téléphone au lit avant de vous coucher pour optimiser votre sommeil !

Beaucoup recherchent en ligne des ressources de télésanté pour résoudre les problèmes de sommeil

Il y a également eu une augmentation de l'utilisation des ressources en ligne et de la télésanté pour régler les problèmes de sommeil.



Le saviez-vous ?
L'analyseur SmartSleep de Philips peut vous aider à déterminer quels problèmes de sommeil peuvent vous empêcher de dormir la nuit. Cela ne prend que 10 minutes :
www.smartsleep-analyzer.philips.com

Le genre joue un rôle dans les écarts de sommeil. Les femmes...

Sont confrontées à un nouveau défi de sommeil.



Souffrent actuellement d'insomnie.



Sont plus susceptibles de signaler que la COVID-19 a eu un impact négatif sur leurs routines de sommeil.



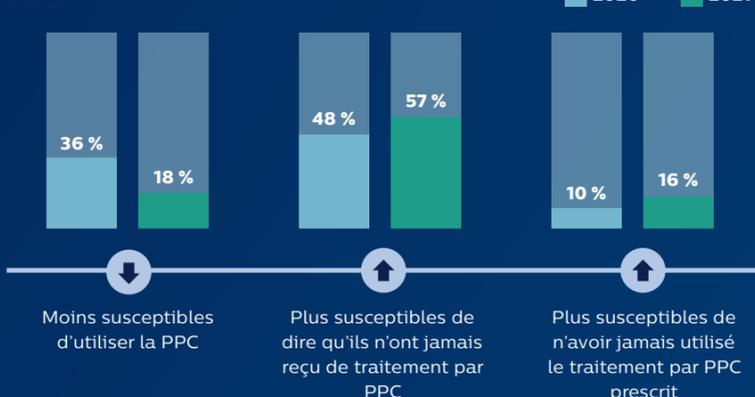
Et leur capacité à bien dormir



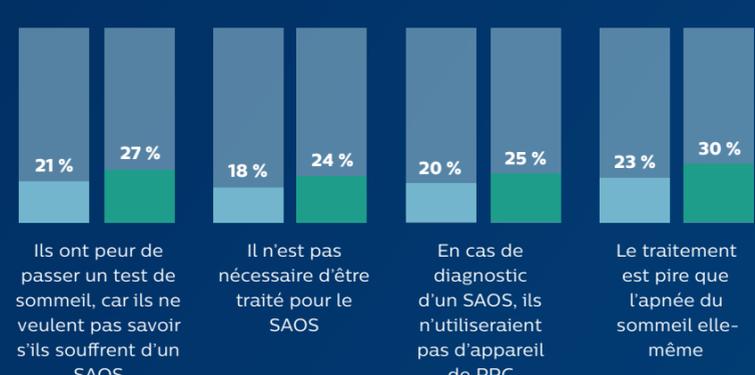
Les patients souffrant d'apnée du sommeil sont en difficulté.

Malgré la prévalence de l'apnée du sommeil et la variété de solutions pour traiter cette condition, les patients atteints d'apnée du sommeil ont eu du mal à adhérer au traitement par PPC au cours de cette année, et les attitudes négatives antérieures à l'égard de la condition sont plus courantes.

Par rapport à 2020¹, les personnes déclarant que l'apnée du sommeil a des répercussions significatives sur leur sommeil sont :



Parmi ceux qui ne souffrent pas d'apnée du sommeil, les consommateurs sont plus susceptibles d'être d'accord :



Ces changements dans les attitudes négatives à l'égard de l'apnée du sommeil sont préoccupants, en particulier pour une maladie déjà stigmatisée. C'est pourquoi Philips s'engage à sensibiliser l'opinion publique à l'importance du traitement et à créer des solutions qui offrent :

- Confort
- Convivialité
- Connectivité

La stigmatisation de l'apnée du sommeil est d'empêcher les individus d'obtenir l'aide dont ils ont besoin. Si vous pensez souffrir d'apnée du sommeil, parlez-en à votre médecin pour déterminer le meilleur plan de traitement pour vous.

Pour en savoir plus sur l'enquête de cette année sur la Journée internationale du sommeil, consultez le site : philips.com/worldsleepday.

¹ plus/moins probable par rapport à 2020.

Il y a eu une augmentation de l'utilisation des ressources en ligne et de la télésanté pour résoudre les problèmes de sommeil.



Plus d'un tiers

se sont tournés vers des ressources en ligne (plus particulièrement les moteurs de recherche en ligne) pour en savoir plus sur le sommeil/les traitements pour améliorer le sommeil, avec



70 %

d'entre eux les ont utilisés pour la première fois pendant la pandémie de COVID-19.



Il y a eu une augmentation de l'utilisation des ressources en ligne et de la télésanté pour résoudre les problèmes de sommeil.



Plus d'un tiers se sont tournés vers des ressources en ligne (plus particulièrement les moteurs de recherche en ligne) pour en savoir plus sur le sommeil/les traitements pour améliorer le sommeil, avec



70 % d'entre eux les ont utilisés pour la première fois pendant la pandémie de COVID-19.



Il y a eu une augmentation de l'utilisation des ressources en ligne et de la télésanté pour résoudre les problèmes de sommeil.



Plus d'un tiers

se sont tournés vers des ressources en ligne (plus particulièrement les moteurs de recherche en ligne) pour en savoir plus sur le sommeil/les traitements pour améliorer le sommeil, avec



70 %

d'entre eux les ont utilisés pour la première fois pendant la pandémie de COVID-19.



Les personnes reconnaissent qu'elles ne dorment pas assez :



32 %

se sentent bien
reposés presque
tous les matins



37 %

déclarent que la
COVID-19 a un
impact négatif sur
leur capacité à bien
dormir



70 %

déclarent rencontrer
un ou plusieurs
nouveaux problèmes
de sommeil

Les personnes reconnaissent qu'elles ne dorment pas assez :



70 %

déclarent rencontrer un ou plusieurs nouveaux problèmes de sommeil



37 %

déclarent que la COVID-19 a un impact négatif sur leur capacité à bien dormir



32 %

se sentent bien reposés presque tous les matins



Les personnes reconnaissent qu'elles ne dorment pas assez :



70 %

déclarent rencontrer un ou plusieurs nouveaux problèmes de sommeil



37 %

déclarent que la COVID-19 a un impact négatif sur leur capacité à bien dormir

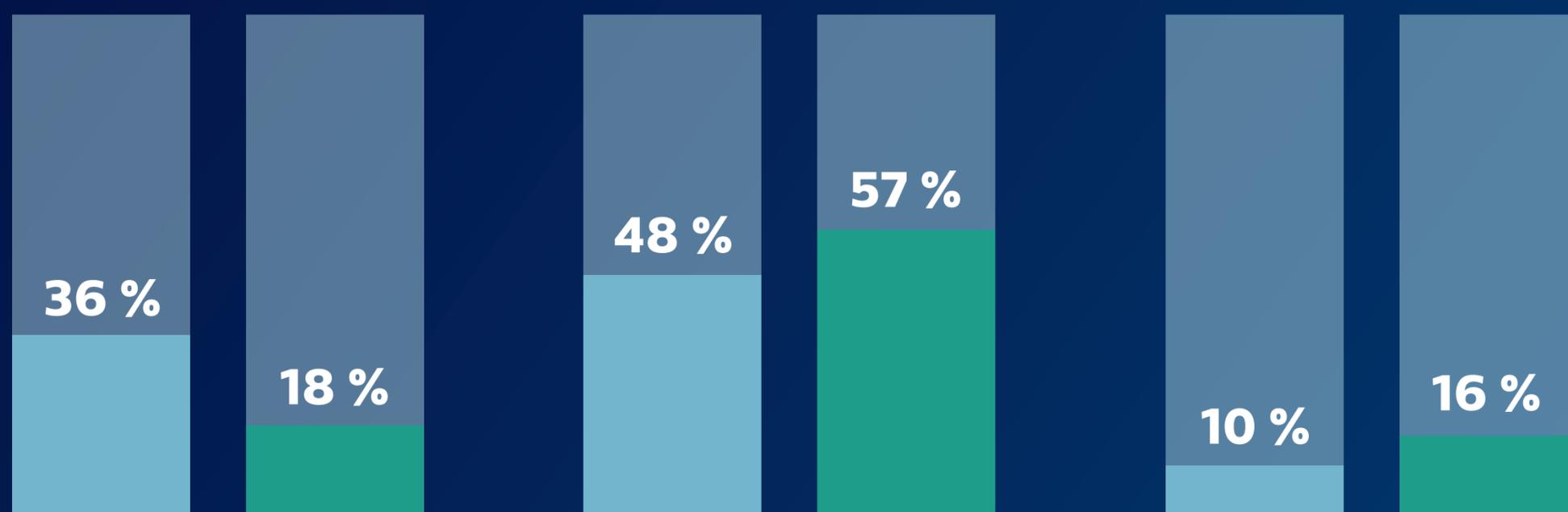


32 %

se sentent bien reposés presque tous les matins



Par rapport à 2020¹, les personnes déclarant que l'apnée du sommeil a des répercussions significatives sur leur sommeil :



Moins susceptibles d'utiliser la PPC



Plus susceptibles de dire qu'ils n'ont jamais reçu de traitement par PPC



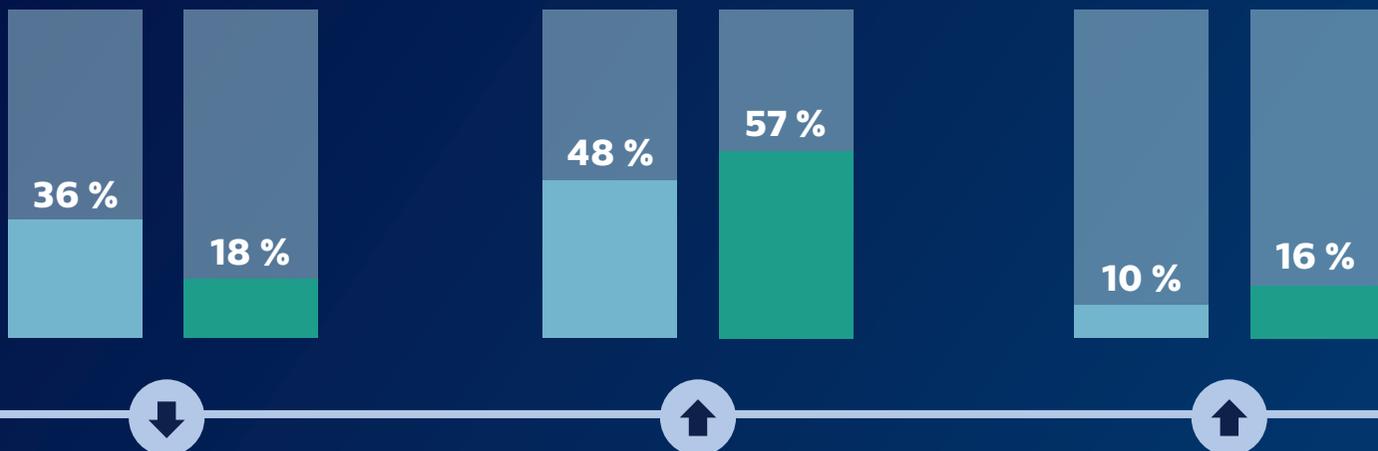
Plus susceptibles de n'avoir jamais utilisé le traitement par PPC prescrit

■ 2020 ■ 2021

¹ plus/moins probable par rapport à 2020.



Par rapport à 2020¹, les personnes déclarant que l'apnée du sommeil a des répercussions significatives sur leur sommeil :



Moins susceptibles d'utiliser la PPC

Plus susceptibles de dire qu'ils n'ont jamais reçu de traitement par PPC

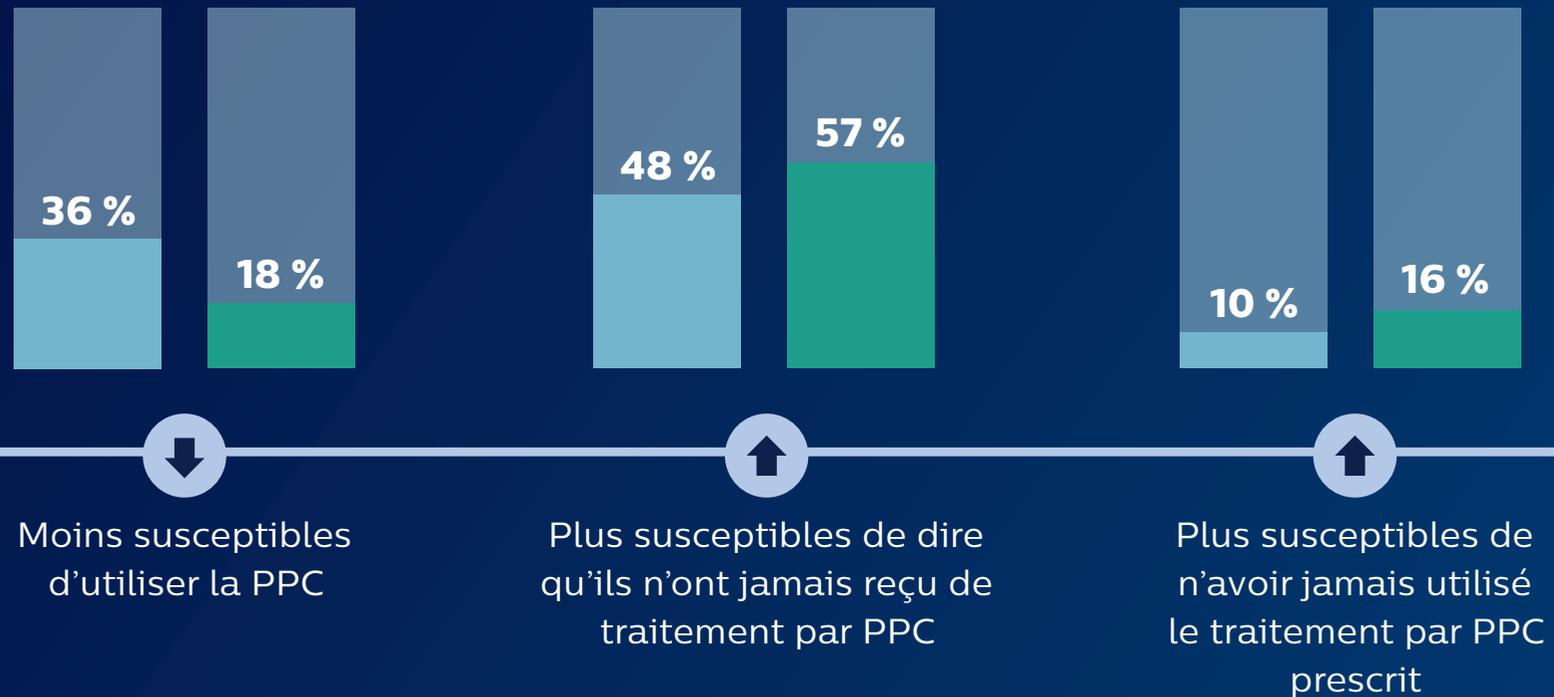
Plus susceptibles de n'avoir jamais utilisé le traitement par PPC prescrit

■ 2020 ■ 2021

¹ plus/moins probable par rapport à 2020.



Par rapport à 2020¹, les personnes déclarant que l'apnée du sommeil a des répercussions significatives sur leur sommeil :



■ 2020 ■ 2021

¹ plus/moins probable par rapport à 2020.

