

# Scruter la fréquence cardiaque la nuit pour prévenir les AVC

Une étude lausannoise a montré que la variabilité de ce paramètre, mesuré pendant le sommeil, donne des informations précieuses sur le risque de survenue d'un événement cardiovasculaire.



© Olichel / Pixabay

Des chercheurs du centre du sommeil du CHUV ont constaté que certaines particularités de l'électrocardiogramme au cours du sommeil étaient associées à la survenue d'événements cardiovasculaires, comme l'infarctus ou l'AVC.

Au total, 1'784 participant·e·s de la cohorte CoLaus-HypnoLaus <sup>[1]</sup>, dont 48% d'hommes, ont été monitoré·e·s pendant leur sommeil. Les chercheur·euse·s ont comparé la régulation fine du rythme cardiaque nocturne chez celles et ceux qui ont développé un événement cardiovasculaire par rapport à celles qui n'en n'ont pas développé au cours des quatre ans de suivi.

Leurs résultats, publiés dans la revue Heart Rhythm <sup>[2]</sup>, montrent que les personnes qui ont une plus faible capacité de décélération de la fréquence cardiaque, celles qui ont une trop grande capacité d'accélération et celles qui ont un rythme cardiaque irrégulier sont plus à risque de développer un événement cardiovasculaire.

Ces données suggèrent que des marqueurs fins du rythme cardiaque pendant le sommeil peuvent aider à identifier précocement celles et ceux les plus à risque d'événements cardiovasculaires, tel qu'un infarctus ou un AVC, entre autres.

(CHUV/YT)

<sup>[1]</sup> [HypnoLaus](#) est une sous-étude de CoLaus qui vise à mieux comprendre la relation entre le sommeil et les maladies cardiovasculaires. C'est une des premières études européennes à caractériser le sommeil et ses troubles.

<sup>[2]</sup> <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1547527121024231?via%3Dihub>

---

Lire également :

? Martin Preisig et Caroline L. Vandeleur, [«Une vaste étude sonde la santé des Lausannois·es»](#), REISO, Revue d'information sociale, mis en ligne le 29 avril 2021