

Recherche de Volontaires pour participation à une étude clinique

Promoteur : CHU de Montpellier

L'unité des troubles du sommeil et de l'éveil du département de neurologie du CHU de Montpellier recherche des hommes ou des femmes âgés de 18 à 64 ans souffrant d'insomnie chronique (insomnie de longue durée, qui durent plusieurs mois voire plusieurs années), pour participer à une étude clinique portant sur **la prise en charge de l'insomnie par un programme en ligne de thérapie cognitivo-comportementale de l'insomnie (TCC-I)**.

Il s'agit d'un programme sur internet visant à rééduquer le sommeil par des méthodes non médicamenteuses. Nous souhaitons évaluer l'efficacité de ce programme innovant de traitement de l'insomnie.

Certaines conditions sont requises pour participer à cette étude :

- **Vous ne devez pas consommer plus 2 médicaments pour votre insomnie** de la famille des somnifères, anxiolytiques, sédatifs, tranquillisants, antidépresseurs
- Vous ne devez **pas consommer d'autres médicaments** à visée psychiatrique comme les neuroleptiques ou les régulateurs de l'humeur, les antidouleurs morphiniques, des médicaments contre l'épilepsie.
- Votre insomnie **ne doit pas être en lien avec une dépression** sévère, une anxiété sévère, une maladie neurologique.
- Votre insomnie **ne doit pas être en lien avec une autre maladie du sommeil** comme le syndrome des jambes sans repos, ou le syndrome d'apnées du sommeil
- Vous **ne travaillez pas en horaires décalés**

Si vous êtes intéressé(e) par la participation à cette étude et souhaitez avoir des renseignements complémentaires, vous pouvez nous contacter via cette adresse mail : a-bosco@chu-montpellier.fr