

## Invitation à participer à un projet de recherche sur le traitement de l'insomnie chronique

*Améliorer la prise en charge de l'insomnie : évaluation et thérapie comportementale de l'insomnie chronique dirigées par des pharmaciens*

Ce projet vise à évaluer l'implantation d'un service **de traitement de l'insomnie offert par une pharmacienne** dans des groupes de médecine de famille (GMF). Le projet est mené par Mélanie Carrier, pharmacienne spécialisée en traitement de l'insomnie, sous la direction de Caroline Sirois, chercheuse à la Faculté de pharmacie de l'Université Laval.

Le traitement proposé s'appelle la thérapie comportementale de l'insomnie, une approche fondée sur la thérapie cognitivo-comportementale pour l'insomnie (TCC-I), reconnue comme la plus efficace pour améliorer durablement le sommeil.

Les patients admissibles bénéficieront gratuitement d'une évaluation rigoureuse de leur plainte d'insomnie, de recommandations personnalisées pour améliorer leur sommeil, d'un suivi sur plusieurs semaines 8 à 14 semaines (selon leurs besoins), ainsi que d'un accompagnement dans l'ajustement de leur hypnotosédatif, s'il-y-a lieu.

Les interventions seront coordonnées à la clinique où le patient vous a rencontré, soit la clinique médicale St-Anselme pour le GMF Rive-de-l'Etchemin, et le centre médical Lévis-Lauzon. Plusieurs séances peuvent aussi être offertes à distance.

Si votre patient est intéressé à améliorer son sommeil, vous devrez lui remettre le feuillet d'information, obtenir son consentement verbal pour être contacté, puis compléter le formulaire de référence.

### **Participation du prescripteur (médecin ou infirmier(ère) praticien(ne) spécialisé(e))**

Afin d'évaluer l'implantation du service auprès des principaux acteurs concernés, nous solliciterons votre participation de deux façons :

- Vous pourrez transmettre vos commentaires tout au long du projet
- Vous devrez compléter un court questionnaire de satisfaction à la fin du projet (5 questions à choix de réponse et un espace pour commentaires).

Votre consentement est nécessaire uniquement pour la complétion de ce questionnaire de satisfaction.

Votre participation est entièrement volontaire. Vous pourrez vous retirer du projet en tout temps, sans aucune conséquence sur votre pratique ni sur les soins offerts à vos patients.

Pour toute question ou pour obtenir plus d'informations, vous pouvez contacter :

**Mélanie Carrier, pharmacienne et chercheuse étudiante**

 [melanie.carrier@gmf.gouv.qc.ca](mailto:melanie.carrier@gmf.gouv.qc.ca) , ou par messagerie interne du DME.