



Dépression, sommeil et mémoire

Fossati, P



**CNRS UMR 7593 & Service de Psychiatrie
d'Adultes, GH Pitié-Salpêtrière, Paris**



Sommeil et cognition

■ Manque de sommeil

- Vigilance**
- Attention**
- Fonctions exécutives**
- Mémoire**

Dépression et sommeil

- **Difficultés d'endormissement, réveils nocturnes, insomnie matinale précoce, Hypersomnie**
- **Polysomnographie**
 - **désorganisation de l'architecture du sommeil**
 - **diminution de la latence d'apparition du sommeil paradoxal**

Fonctions mnésiques du sommeil

- **Historique: Freud et les hypothèses psychanalytiques**
 - 're-traitement' des informations enregistrées dans la journée
 - liens avec le rêve et le sommeil paradoxal
 - suppression du sommeil paradoxal: effets non spécifiques sur la cognition

Organisation de la mémoire

Mémoire déclarative

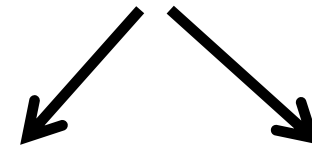


Mémoire épisodique



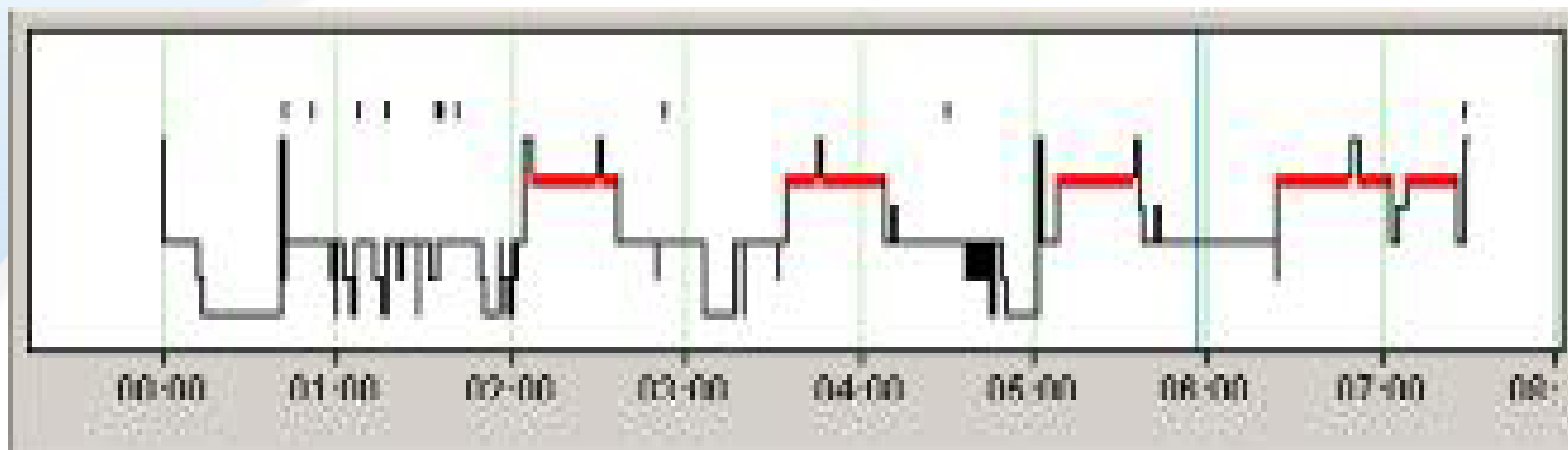
Mémoire sémantique

Mémoire procédurale



Habiletés

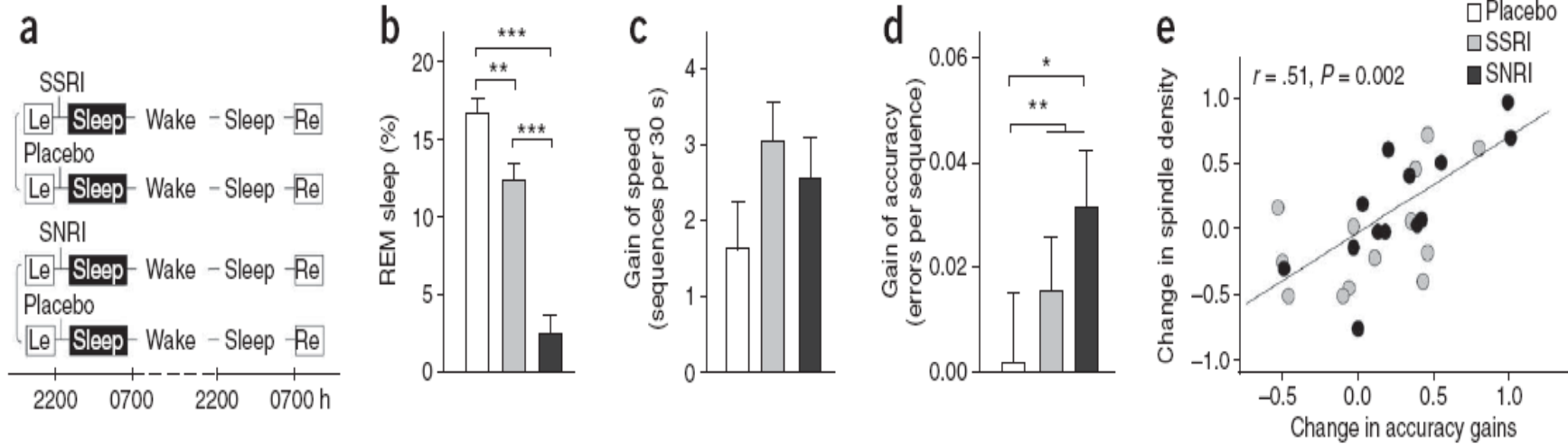
Amorçage



Fonctions mnésiques du sommeil

- Importance du sommeil lent profond (SWS) pour la mémoire déclarative
- Importance du sommeil paradoxal (REM sleep) pour la mémoire procédurale et mémoire émotionnelle

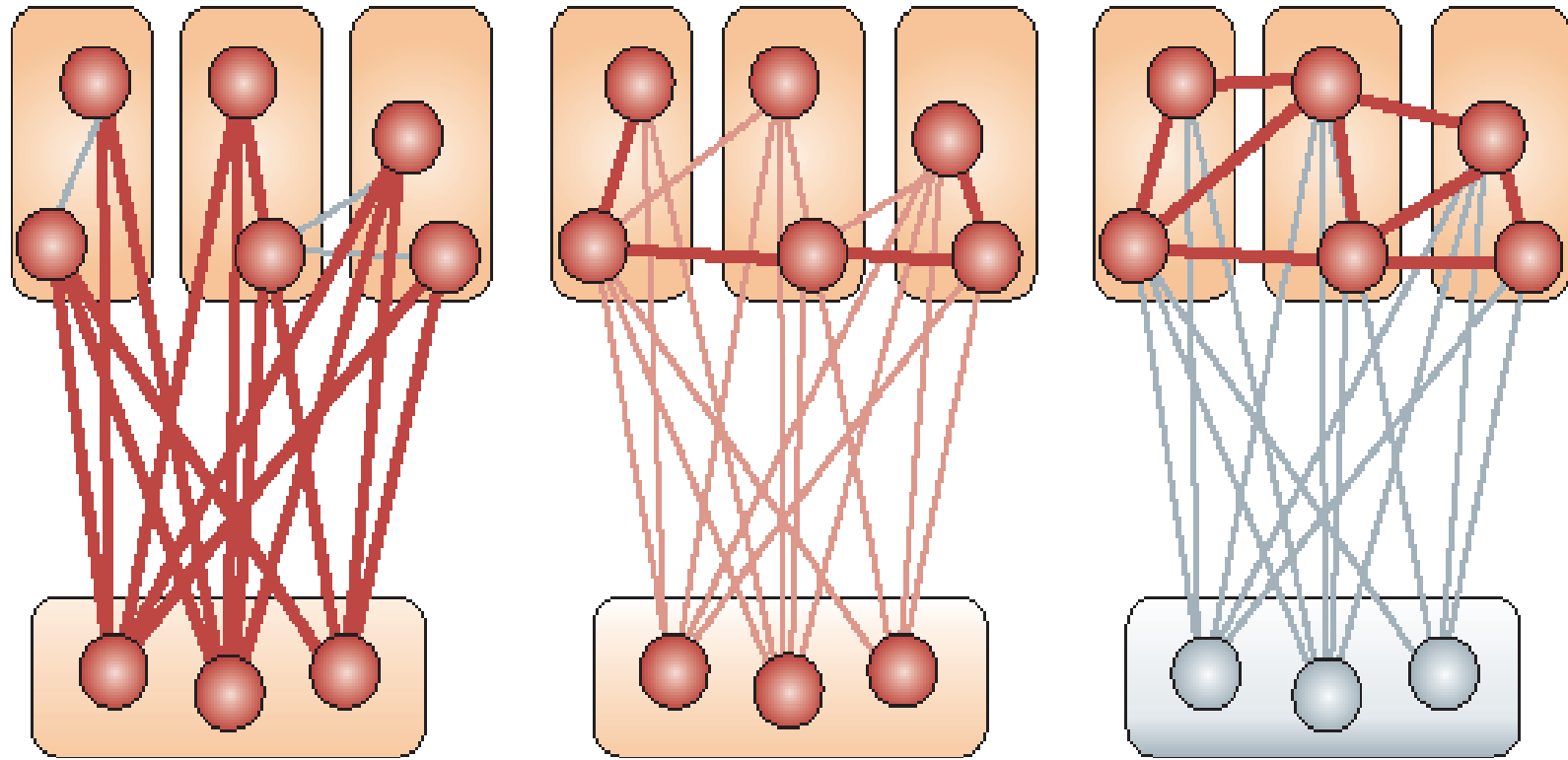
Sommeil paradoxal et antidépresseurs



Rasch et al, Nat Neuroscience, 2008

Encodage → **Consolidation** → **Rappel**

Cortical modules



Hippocampus

Time



Frankland et al, 2005



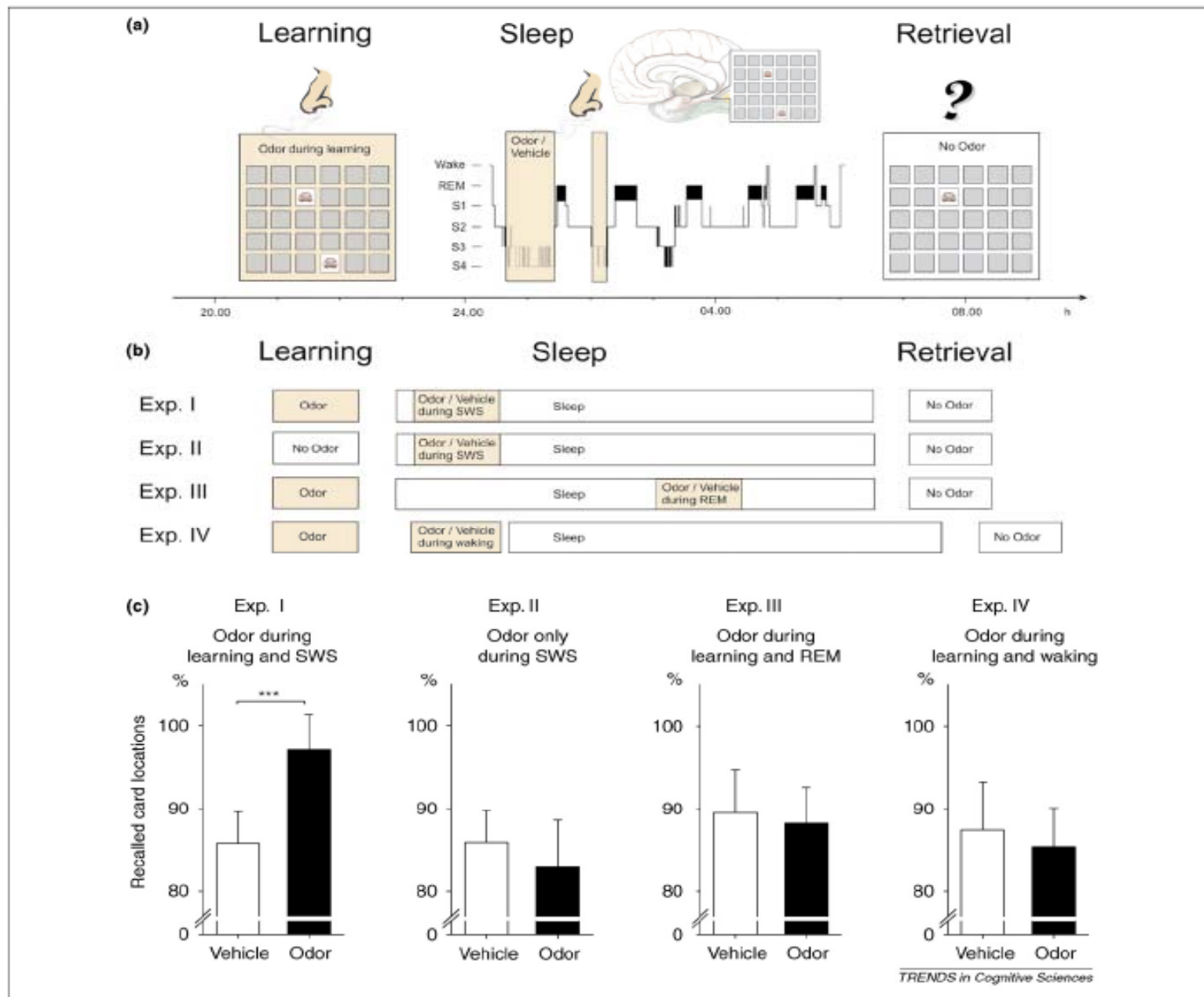
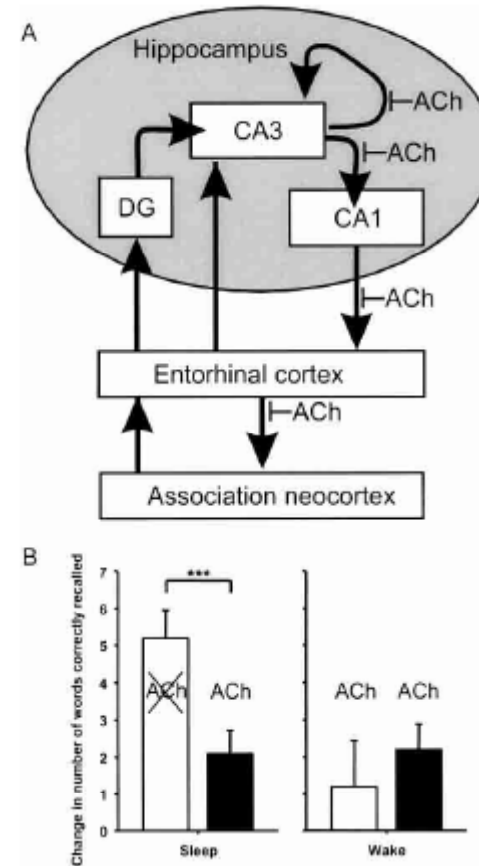
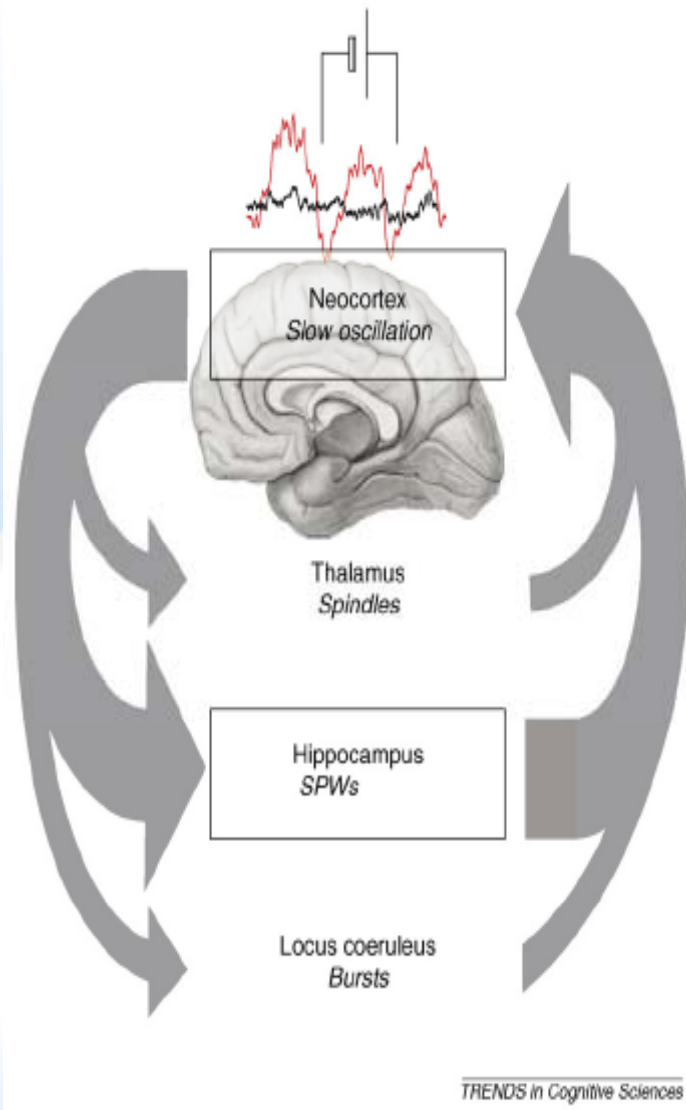


Figure 1. Reactivation of memory by olfactory context cue during SWS. **(a)** Experimental procedure. Subjects learned a two-dimensional (2D) object spatial location task (known as the game 'Concentration') requiring memorization of the location of card-pairs showing the same object. The set consisted of 15 card-pairs. Learning was followed by nocturnal sleep and recall was tested on the next day. **(b)** Design, and **(c)** results (mean \pm SEM; *** $P < 0.001$). In the main experiment (Exp. I, an odor ('rose'))



Conclusion

- **Importance du sommeil dans les processus de consolidation mnésique**
- **Phase de sommeil lent profond**
- **Intérêt des antidépresseurs avec un effet sur le sommeil lent profond**