

## Prévalence

### Problèmes de sommeil



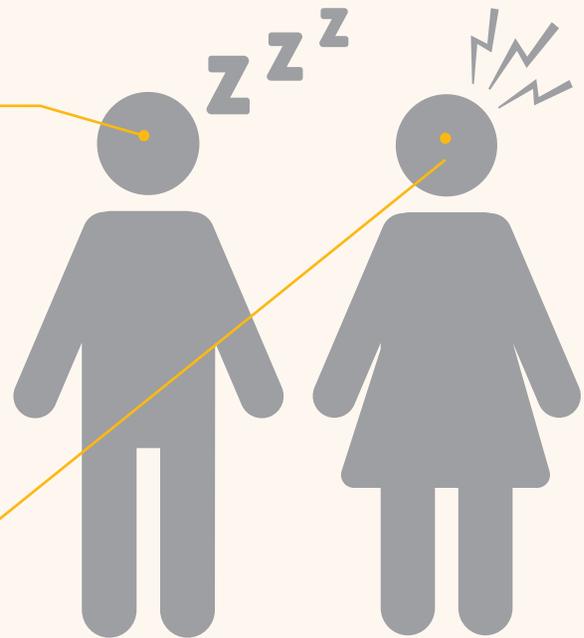
**65 % des personnes dans le monde présentent des problèmes de sommeil** au moins une fois par an, mais seulement la moitié (54 %) d'entre elles sont bien renseignées sur les traitements disponibles



**Les problèmes de sommeil sont plus répandus aux États-Unis** : 75 % des personnes interrogées ont des problèmes de sommeil au moins une fois par an, contre 53 % au Japon



**Les femmes sont plus susceptibles d'avoir des problèmes de sommeil** que les hommes



### Stress



Près d'un quart des personnes interrogées présentent des problèmes de stress au moins une fois par semaine (26 %). Pourtant, 44 % d'entre elles attendent que cela passe et n'ont rien fait la dernière fois qu'elles ont connu un épisode de stress



**Les Russes sont les moins bien informés sur le traitement du stress** (50 %) et les Américains les plus informés (70 %)



**Les personnes ayant trois enfants ou plus sont plus susceptibles d'être stressées** que les personnes sans enfant

### Impact sur le travail



Le mois dernier, 20 % des personnes dans le monde se sont présentées à leur travail dix fois ou plus malgré le stress - le chiffre le plus élevé par rapport à tous les autres problèmes de santé courants



Au cours du mois dernier, les personnes interrogées se sont présentées à leur travail en moyenne 7,5 fois alors qu'elles rencontraient des problèmes de sommeil



Dans tous les pays, le stress est le problème de santé qui a le plus d'impact sur le travail - 73 % des personnes concernées déclarent que le stress a un impact important sur leur humeur



Sept personnes sur dix souffrant de problèmes de sommeil au moins une fois par semaine déclarent que cela a eu un impact important sur leur motivation à aller au travail

## Attitude à l'égard du traitement



Malgré la prévalence des problèmes de stress et de sommeil, seulement 13 % des personnes interrogées ont demandé conseil à un pharmacien pour leurs problèmes de sommeil récents et seulement 10 % ont consulté leur pharmacien pour leur dernier épisode de stress



19 % des personnes souffrant de troubles de sommeil achètent des médicaments sans ordonnance ; 18 % des personnes souffrant de stress achètent des médicaments sans ordonnance