

Le sommeil : SleepyHead et OSCAR

J'ai eu des problèmes de sommeil dus à des [hypopnées](#), ce qui m'a amené à utiliser un appareil à [pression positive continue](#) (PPC) pendant la nuit. Un machin qui envoie de l'air sous pression dans le nez et/ou la bouche.

Ces appareils produisent de la donnée lors de leur utilisation : pression envoyée, temps d'utilisation, réveils de l'utilisateur, etc. Ces données sont envoyées à l'entreprise qui vous appaieille, mais vous ne pouvez généralement pas les consulter.

C'est là qu'intervient [SleepyHead](#), et maintenant son fork [OSCAR](#) (forké pour cause d'abandon de SleepyHead). Installez-le, donnez-lui les données de la carte SD de l'appareil et hop, vous aurez vos données avec des graphes en prime.

Révision #3

Créé 2022-05-11 08:44:20 CEST par Luc

Mis à jour 2022-05-11 09:40:27 CEST par Luc