

Syndrome des Jambes Sans Repos

Critères diagnostiques

Appelé aussi « Impatiences », le syndrome des jambes sans repos est un syndrome neurologique sensitivo-moteur. Il se manifeste par des sensations désagréables, parfois douloureuses, ressenties dans les pieds, dans les jambes et parfois dans les bras. Ces sensations sont décrites comme des fourmillements, picotements, brûlures, contractures, secousses, torsions, décharges électriques qui surviennent exclusivement au repos, principalement en position assise ou couchée, le soir et la nuit, à l'endormissement ou au cours du sommeil.

1. Un besoin impérieux de bouger les jambes, habituellement accompagné ou causé par des sensations inconfortables et désagréables dans les jambes (les membres supérieurs ou les autres parties du corps peuvent parfois être affectés en plus des jambes)

a-OUI b-NON

2. Le besoin impérieux de bouger les jambes ou les sensations désagréables apparaissent ou s'aggravent lors des périodes de repos ou d'inactivité, particulièrement dans la position allongée ou assise :

a-OUI b-NON

3. Le besoin impérieux de bouger les jambes ou les sensations désagréables sont partiellement ou totalement soulagés par les mouvements, tels que la marche ou l'étirement, au moins aussi longtemps que dure l'activité :

a-OUI b-NON

4. Le besoin impérieux de bouger les jambes ou les sensations désagréables sont plus marqués le soir ou la nuit que pendant la journée ou ne surviennent qu'en soirée ou la nuit :

a-OUI b-NON

Questionnaire d'évaluation de la sévérité du Syndrome des Jambes Sans Repos (IRLS)

International Restless Legs Syndrome est l'échelle d'évaluation de la sévérité composée de 10 questions cotées de 0 à

4. Le score final varie de 0 à 40 :

0 à 10 : Atteinte légère

10 à 20 : Atteinte modéré

21 à 30 : Atteinte sévère

31 à 40 : Atteinte très sévère

SCORE TOTAL

DATE :

NOM :

PRENOM :

Au cours de la semaine dernière...

Au cours de la dernière semaine...

1/ D'une manière générale, comment évaluez-vous les Sensations désagréables dans vos jambes ou vos bras dues au Syndrome des Jambes Sans Repos ?

- Très importante 4
- Importantes 3
- Modérées 2
- Légères 1
- Inexistantes 0

2/ D'une manière générale, comment évaluez-vous votre besoin de bouger à cause des symptômes du Syndrome des Jambes Sans Repos ?

- Très important 4
- Important 3
- Modéré 2
- Léger 1
- Inexistant 0

3/ D'une manière générale, les sensations désagréables Dans vos jambes ou vos bras dues au Syndrome des Jambes Sans Repos ont-elles été soulagées par le fait De bouger ?

- Aucun soulagement 4
- Léger soulagement 3
- Soulagement modéré 2
- Soulagement complet ou presque complet 1
- Aucun symptôme à soulager 0

4/ Quelle a été l'importance des Troubles du Sommeil Dus aux symptômes du Syndrome des Jambes Sans Repos ?

- Très importants 4
- Importants 3
- Modérés 2
- Légers 1
- Inexistants 0

5/ Quelle a été l'importance de la fatigue ou de Somnolence ressenties pendant la journée à cause Des symptômes du Syndrome des Jambes Sans Repos ?

- Très importantes 4
- Importantes 3
- Modérées 2
- Légères 1
- Inexistantes 0

6/ Dans l'ensemble, comment évaluez-vous votre Syndrome de Jambes Sans Repos ?

- Très important 4
- Important 3
- Modéré 2
- Léger 1
- Inexistant 0

7/ Avec quelle fréquence avez-vous eu des symptômes du Syndrome des Jambes Sans Repos ?

- Très souvent (6 à 7 jours par semaine) 4
- Souvent (4 à 5 jours par semaine) 3
- Parfois (2 à 3 jours par semaine) 2
- De temps en temps (1 jour par semaine) 1
- Jamais 0

8/ Lorsque vous avez eu des symptômes du Syndrome des Jambes Sans Repos, quelle a été, en moyenne, leur importance ?

- Très importants (8 heures ou plus sur 24 heures) 4
- Importants (3 à 8 heures sur 24 heures) 3
- Modérés (1 à 3 heures sur 24 heures) 2
- Légers 1
- Inexistants 0

9/ D'une manière générale, quel a été l'impact des symptômes du Syndrome des Jambes Sans Repos sur votre capacité à accomplir vos activités quotidiennes (par exemple, mener de façon satisfaisante votre vie à la maison, avec votre famille, vos activités avec les autres, votre vie scolaire ou professionnelle) ?

- Très important 4
- Important 3
- Modéré 2
- Léger 1
- Inexistant 0

10/ Quelle a été l'importance de vos troubles de l'humeur (par exemple colère, déprime, tristesse, anxiété ou irritabilité) dus aux symptômes du Syndrome des Jambes Sans Repos ?

- Très importants 4
- Importants 3
- Modérés 2
- Légers 1
- Inexistants 0