



SYNDROME DES JAMBES SANS REPOS

Le syndrome des jambes sans repos est un trouble neurologique qui cause un besoin irrésistible de bouger les jambes. Ce besoin naît d'un inconfort dans les jambes dont l'intensité varie selon chaque personne. Ces sensations désagréables surviennent particulièrement durant les périodes d'inactivité. Par conséquent, il peut être très difficile de simplement se reposer.

Symptômes

Sensations désagréables dans les mollets, les cuisses ou les pieds :

- Picotements, démangeaisons
- Fourmillements
- Douleur
- Brûlure

Les symptômes apparaissent en cas d'inactivité (position assise ou allongée prolongée) et diminuent lors de l'activité. Les gens luttent contre la sensation de jambes sans repos de plusieurs façons: étirement, branlement des jambes ou par de l'exercice.

Conséquences

Il arrive parfois que le syndrome d'impatience des membres inférieurs soit le motif de consultation, mais plus fréquemment les patients consultent pour un trouble du sommeil, avec des difficultés d'endormissement ou des éveils répétés au cours de la nuit, qui ne sont pas toujours mis en relation avec le syndrome d'impatiences des membres inférieurs.

Les mouvements périodiques au cours du sommeil sont responsables d'une fragmentation du sommeil pouvant entraîner une moins bonne qualité du sommeil et des conséquences diurnes associées.

Habituellement le diagnostic est fait à l'histoire clinique, mais parfois une polysomnographie avec mesure d'électromyographie (EMG) des membres inférieurs aide à préciser le diagnostic puisque les mouvements des jambes peuvent être spontanés ou aussi être secondaires aux événements respiratoires.

Un traitement médicamenteux peut parfois aider.