



Le syndrome des jambes sans repos ou récemment renommé maladie de Willis-Ekbom, touche 5% de la population adulte.

Qu'est-ce-que la maladie de Willis-Ekbom ?

La maladie de Willis-Ekbom ou syndrome des jambes sans repos, est un trouble du système nerveux caractérisé par deux types de manifestations souvent associées chez un même patient :

- **le syndrome d'impatiences des membres inférieurs**, voire des bras, qui correspond à des sensations désagréables, allant de la simple démangeaison à la décharge électrique douloureuse, ressenties lorsque les membres sont au repos. La gêne survient essentiellement le soir et est soulagée au moins en partie, par le mouvement, provoquant des difficultés d'endormissement.
- **les mouvements périodiques qui se produisent au cours du sommeil**, de façon involontaire. Ils ne sont en général pas ressentis par le patient (sauf dans le cas, plus rare, où ils se manifestent à l'éveil) mais peuvent être observés et objectivés par un enregistrement polygraphique du sommeil. Ces mouvements périodiques altèrent la qualité de sommeil en le déstructurant et en le fragmentant.

Quelles sont les causes de la maladie de Willis-Ekbom ?

Même si les mécanismes de la maladie ne sont pas clairement identifiés, on sait qu'il s'agit d'un trouble neurologique qui implique certainement un manque de dopamine. La dopamine est un neurotransmetteur qui permet la communication entre les neurones. Grossesse, insuffisance rénale, diabète, carence en fer, ou certains médicaments peuvent déclencher ou aggraver les symptômes. On retrouve également très souvent des formes familiales de la maladie, dans ce cas plusieurs membres de la famille sont atteints.

Quels traitements ?

Dans le cas d'une carence en fer, la reconstitution des réserves ferriques est souvent très efficace. Dans le cas contraire le traitement fait appel à des médicaments qui facilitent la transmission de l'influx nerveux entre les neurones utilisant la dopamine comme neurotransmetteur. D'autres médicaments d'efficacité variable existent.

Avec qui en parler ?

- **Votre médecin traitant** qui pourra vous orienter si besoin vers un spécialiste
- **Les associations de patients**, qui permettent d'échanger avec des personnes rencontrant les mêmes difficultés, peuvent également constituer une aide. <http://www.france-ekbom.fr/>

