

DATE :

NOM :

PRÉNOM :

ÉCHELLE DE SÉVÉRITÉ DU SYNDROME DES JAMBES SANS REPOS

(IRLS – International Restless Legs Syndrome Scale)

Elle est composée de 10 questions, chacune étant cotée de 0 (inexistant) à 4 (très important). Plus le score est élevé, plus le syndrome est sévère.

Cotation :

0 = Inexistante	1 = Légère	2 = Modérée	3 = Modérée	4 = Importante	5 = Très importante
-----------------	------------	-------------	-------------	----------------	---------------------

Au cours des 7 derniers jours, et d'une manière générale :

ITEM	SCORE
1. Comment évaluez-vous l'intensité des désagréments de votre syndrome des jambes sans repos ?	<input type="checkbox"/>
2. Comment évaluez-vous votre besoin de bouger à cause de votre syndrome des jambes sans repos ?	<input type="checkbox"/>
3. Le désagrément dans vos jambes ou dans vos bras s'améliore-t-il lorsque vous bougez ?	<input type="checkbox"/>
4. Votre sommeil est-il perturbé par votre syndrome des jambes sans repos ?	<input type="checkbox"/>
5. Votre syndrome des jambes sans repos est-il responsable de fatigue ou de somnolence pendant la journée ?	<input type="checkbox"/>
6. A quel niveau de sévérité estimez-vous votre syndrome des jambes sans repos ?	<input type="checkbox"/>
7. A quelle fréquence souffrez-vous de votre syndrome des jambes sans repos ? (1 = 1 j/semaine ; 2 = 2 ou 3 j/semaine ; 3 = 4 ou 5 j/semaine ; 4 = 6 ou 7 j/semaine)	<input type="checkbox"/>
8. Combien de temps dure une crise de syndrome des jambes sans repos ? (1 = < d'1 hre ; 2 = de 1 à 3 hres ; 3 = de 3 à 8 hres ; 4 = >8 hres)	<input type="checkbox"/>
9. Quel est l'impact de votre syndrome des jambes sans repos sur votre vie sociale, familiale, professionnelle ?	<input type="checkbox"/>
10. Quel est le retentissement de votre syndrome des jambes sans repos sur votre humeur ?	<input type="checkbox"/>
TOTAL	/40

Le syndrome est considéré comme :

- Léger si le score total est compris entre 0 et 10
- Modéré si le score total est compris entre 11 et 20
- Sévère si le score total est compris entre 21 et 30
- Très sévère si le score total est compris entre 31 et 40

Source : échelle IRLS, AS Walters *et al.* *Sleep Medicine*, 2003.

