

# Auto- questionnaire

## Syndrome de Jambes sans repos

### IRLS

*IRLS (RS) International Restless Legs Syndrome (Rating Scale) 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, le score le plus élevé correspondant à l'atteinte la plus sévère : léger de 0 à 10 ; modéré de 10 à 20 ; sévère de 21 à 30 et très sévère de 31 à 40.*

#### Au cours de la semaine dernière....

**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 importantes .....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 la somnolence ressenties pendant la journée à cause des symptômes du Syndrome des Jambes Sans Repos ?**

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

**6 – Dans l'ensemble, comment évaluez-vous votre Syndrome des 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 dû au Syndrome des Jambes Sans Repos, quelle a été, en moyenne, leur importance ?**

- Très importants (8 heures ou plus sur 24 h) .....4
- Importants (de 3 à 8 heures sur 24 heures) .....3
- Modérés (de 1 à 3 heures sur 24 heures) .....2
- Légers (moins d'une heure sur 24 heures) .....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 sociale 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

SCORE TOTAL .....