



Mouvements involontaires

🕒 paru le 08/07/2020 • adapté au contexte belge francophone

Un guide-patient est un outil réalisé pour vous aider à faire des choix pour votre santé. Il vous propose des informations basées sur la recherche scientifique. Il vous explique ce que vous pouvez faire pour améliorer votre santé ou ce que les professionnels peuvent vous proposer lors d'une consultation. Bonne lecture !

De quoi s'agit-il ?

Les mouvements involontaires (dyskinésies) sont des mouvements qui apparaissent spontanément, indépendamment de notre volonté. Il peut s'agir d'un phénomène temporaire et sans gravité comme par exemple les secousses dans les membres au moment de s'endormir ou le hoquet, mais cela peut aussi être le signe d'une maladie, qu'elle soit grave ou non.

Ces mouvements sont parfois le signe d'une atteinte du système nerveux central (cerveau ou moelle épinière). C'est parfois une question de gènes et parfois des effets secondaires de médicaments. Souvent, on ignore d'où vient le problème et un traitement efficace n'est pas toujours facile à trouver.

Comment les reconnaître ?

Vous constatez des mouvements répétés, d'ampleur variable, dans une partie du corps et vous ne parvenez pas à les contrôler ou les arrêter. Il existe plusieurs sortes de mouvements involontaires.

- Des contractions involontaires (« dystonies ») dites focales, c'est-à-dire qui ne surviennent que dans un seul muscle ou dans un groupe musculaire en particulier. Elles peuvent avoir lieu dans différents endroits :
 - le cou (« dystonie cervicales ») ;
 - la main, par exemple en utilisant un crayon ou un clavier (c'est la « crampe de l'écrivain ») ;
 - le visage, les paupières ou la bouche ou encore les muscles qui contrôlent la voix, ce qui peut donner une voix étranglée, hachée ou faible (« dysphonie spasmodique »).
- Des contractions involontaires peuvent aussi être généralisées, sur tout le corps. Ce problème est souvent héréditaire et commence dans l'enfance.
- La chorée se réfère à des mouvements rapides et arythmiques et l'athétose par des mouvements de torsion de l'extrémité des bras et des jambes. Ces 2 anomalies surviennent, entre autres, dans la maladie de Huntington et sont souvent accompagnées de lésions cérébrales.
- Parfois, les mouvements involontaires sont un effet secondaire des médicaments. C'est surtout le cas avec les antipsychotiques et les médicaments contre la maladie de Parkinson. Le métopropramide, un médicament contre les vomissements, et certains antidépresseurs peuvent aussi les provoquer. Les anomalies peuvent être temporaires et disparaître avec l'arrêt du médicament. Mais elles peuvent parfois persister. Il peut s'agir de contractions de muscles tout à fait localisés, mais aussi d'une agitation motrice, on ressent un besoin compulsif de bouger (acathisie).
- L'hémiballisme touche les muscles du haut des bras et des cuisses, qui sont « lancés » dans un mouvement large.
- [Le syndrome des jambes sans repos](#) provoque une sensation désagréable dans les deux jambes, généralement au moment d'aller dormir. La personne ne parvient pas à rester couchée sans bouger et doit se lever régulièrement pour marcher.
- Les tics sont des mouvements brefs et compulsifs, généralement au niveau du visage ou du cou.
- Le [tremblement](#) peut aussi être considéré comme un mouvement involontaire.

Comment le diagnostic est-il posé ?

Le médecin commence par vous écouter, puis réalise un examen clinique en se concentrant particulièrement sur le système nerveux. Il peut être utile de lui montrer des séquences vidéos que vous auriez filmées. Le passage en revue de vos médicaments est important pour détecter des effets secondaires.

Que pouvez-vous faire ?

En cas de symptômes légers, attendez un peu. Souvent, les mouvements involontaires disparaissent aussi spontanément qu'ils sont apparus. S'ils persistent ou sont prononcés, consultez le médecin.

Que peut faire votre médecin ?

L'approche qu'il va adopter dépendra grandement de la cause suspectée des mouvements involontaires. S'il s'agit de l'effet secondaire d'un médicament, il se peut qu'il en adapte la dose ou qu'il l'arrête. Il se peut qu'il vous renvoie vers le neurologue.

En savoir plus ?

- [Métoclopramide – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)

Sources

- <http://dystonie.be/info-2/formes-de-dystonies/>
- [Guide de pratique clinique étranger 'Mouvements involontaires' \(2000\), mis à jour le 28.08.2017 et adapté au contexte belge le 13.07.2019 – ebpracticenet](#)