

## Tremblements

Tremor (French)

### Que sont les tremblements?

Les tremblements sont des mouvements musculaires involontaires et rythmiques. Ces mouvements prennent souvent la forme de va-et-vient d'une ou de plusieurs parties du corps.

La plupart des tremblements visent les mains. Cependant, les tremblements peuvent aussi survenir dans les bras, la tête, le visage, les cordes vocales, le tronc et les jambes.

Les enfants atteints de tremblements ont souvent des mouvements de va-et-vient ou oscillateurs. Ils peuvent aussi avoir des tremblements dans la voix. Les tremblements peuvent avoir des effets sur la coordination motrice, comme l'écriture et la préhension d'objets. Les tremblements s'aggravent et peuvent être déclenchés quand votre enfant ressent du stress, de la fatigue ou des émotions fortes.

### Les tremblements sont causés par des troubles qui touchent le cerveau

Un tremblement peut être un symptôme d'autres problèmes neurologiques. Cela s'explique par le fait que certaines aires du cerveau contrôlent le mouvement. Des troubles comme les AVC, les traumatismes au cerveau et des maladies neurodégénératives peuvent altérer le fonctionnement du cerveau. Les tremblements peuvent aussi être héréditaires. L'abus d'alcool, les empoisonnements et certains médicaments peuvent aussi causer des tremblements en raison de leur effet sur le cerveau.

### Différents types de tremblements

Les tremblements ont des noms différents selon le moment où ils surviennent :

- tremblements de repos;
- tremblements posturaux, qui surviennent quand une personne adopte une posture en particulier;
- les tremblements d'intention ou d'action, qui empirent avec un mouvement intentionnel.

On décrit aussi les tremblements selon leur facteur causal, dont la gravité des tremblements et les parties du corps touchées. Voici les types les plus courants.

#### Tremblements essentiels

C'est le type le plus fréquent de tremblement. Il commence d'un côté du corps. Parfois, ces tremblements sont progressifs, ce qui veut dire que l'autre côté du corps finit par être touché également. Ce genre de tremblement touche surtout les mains, mais la tête, la voix, la langue, les jambes et le tronc peuvent aussi être en cause.

#### Tremblements physiologiques

C'est une forme légère de tremblement sans cause neurologique (cerveau). Il peut survenir chez des enfants normaux et sains. Les tremblements physiologiques peuvent toucher tous les groupes de muscles sans cause neurologique (liée au cerveau). Ils peuvent toucher les enfants normaux et en santé. Les tremblements physiologiques peuvent aussi viser tous les muscles volontaires. Ils sont

empirés par la fatigue, une faible glycémie, un empoisonnement aux métaux, des stimulants, le sevrage de l'alcool et des émotions fortes.

## Tremblements dystoniques

Les tremblements dystoniques surviennent le plus souvent chez les enfants dystoniques. La dystonie est un trouble du mouvement qui cause des contractions musculaires soutenues, qui mènent à des torsions douloureuses ou des postures anormales. Le tremblement dystonique est déclenché quand l'enfant adopte une posture en particulier ou bouge d'une certaine façon. Le repos et le fait de toucher le muscle qui tremble peuvent aider à soulager les tremblements.

Pour en savoir davantage, veuillez lire la page intitulée Dystonie.

## Tremblements cérébelleux

C'est un tremblement lent qui survient avec des mouvements qui ont un objectif précis, comme appuyer sur un bouton. Ces tremblements sont causés par des lésions au cerveau attribuables à la sclérose en plaques, à un AVC, à une tumeur ou à des lésions au cervelet. Ces tremblements surviennent du même côté dans le corps que le côté de la lésion au cervelet.

## Tremblements de la maladie de Parkinson

Ce type de tremblement est caractérisé par l'expression « rouler une cigarette ». Le bout du pouce et de l'index se colle et se sépare ensuite dans un mouvement circulaire. Le tremblement de Parkinson peut aussi se manifester dans le menton, les jambes et le tronc. C'est un signe

avant-coureur de la maladie de Parkinson, qui survient la plupart du temps après l'âge de 60 ans. On l'observe rarement chez les enfants, mais le tremblement de Parkinson peut aussi être le produit de lésions au cerveau.

## Traitement des tremblements

Les tremblements ne peuvent être entièrement guéris. Souvent, on peut réduire la gravité du tremblement au moyen de médicaments. Le type de médicament dont on se sert dépend du type de tremblement. Le fait d'éviter les déclencheurs des tremblements, comme la caféine, peut contribuer à réduire les tremblements.

Dans le cas de tremblements plus prononcés, une opération peut être envisageable. Cependant, il est rare que l'on opère pour des tremblements chez les enfants.

## Grandes lignes

- Des tremblements sont des mouvements involontaires qui touchent les mains ou d'autres parties du corps.
- Les tremblements ont différentes causes, dont des problèmes au cerveau, un empoisonnement et des blessures. Ils peuvent aussi être héréditaires.
- Il y a plusieurs types de tremblements.
- Les tremblements sont la plupart du temps traités au moyen d'une thérapie et de médicaments. Ils sont rarement traités au moyen d'une opération.
- Le type de traitement dépend du type de tremblement et de leur gravité.