

## Je tremble et alors !

Le tremblement essentiel est une maladie neurologique fréquente, c'est la cause la plus fréquente de tremblements. Le tremblement essentiel touche 1 personne sur 200 en France soit 300 000 hommes et femmes de tout âge. Cette maladie, responsable d'un tremblement évolutif a été pour la première fois décrite en 1865.

Les tremblements touchent souvent en premier les membres supérieurs, le cou puis la tête, la voix et les jambes et parfois le corps entier. Il n'y a pas de trouble cognitif associé. Le tremblement essentiel est souvent un frein voire un handicap pour se nourrir, boire, s'habiller, mettre une clé dans une serrure, écrire et même parfois parler. Dans les formes précoces, le tremblement est le plus souvent reconnu au moment de l'acquisition de l'écriture, puis, après un pic initial, le tremblement connaît un ralentissement de sa progression jusqu'à 55 ans, âge à partir duquel la maladie reprend son évolution progressive.

Les causes sont encore méconnues et la piste génétique est en cours d'exploration. C'est une pathologie souvent familiale.

Il n'existe pas de traitements pour guérir mais certains médicaments atténuent les symptômes (antiépileptiques, antidépresseurs, et surtout les bêta bloquants dont l'efficacité est modérée avec des effets indésirables). Dans les formes graves de tremblement essentiel, il est possible de proposer un traitement chirurgical de haute précision (la stimulation cérébrale profonde). D'autres approches thérapeutiques non médicamenteuses et non chirurgicales sont en cours d'évaluation pour le tremblement essentiel : la stimulation magnétique transcrânienne répétitive du cervelet (rTMS) et la stimulation par courant direct continu (tDCS).

D'après le Dr David Grabli, neurologue spécialiste des mouvements anormaux à la Fédération de neurologie de l'hôpital de La Pitié-Salpêtrière et chercheur en neurosciences à l'Institut du cerveau et de la moelle épinière (ICM), « *le tremblement essentiel reste une maladie fréquente et méconnue, sous diagnostiquée et peu étudiée, les progrès ne peuvent venir que de la recherche* ».

Fabrice Barcq, président de l'association Aptes qui informe, soutient, aide et accompagne les personnes malades tout en sensibilisant les professionnels de santé et le grand public sur le tremblement essentiel, nous rappelle que « *les projets de recherche existent grâce aux dons faits à l'association* ». *La collaboration unique qui existe depuis 10 ans entre l'association Aptes et la communauté de scientifiques et de médecins concernés par les mouvements anormaux et notamment par le tremblement essentiel, est essentielle pour apporter le soutien nécessaire aux personnes malades et en situation de handicap et à leur entourage mais surtout pour faire avancer la recherche* ».

## Résultats préliminaires – Enquête sur le parcours de santé des personnes concernées par le tremblement essentiel

*L'association Aptes a réalisé une enquête menée auprès de 1500 personnes diagnostiquées à 96% comme ayant un tremblement essentiel (50% ayant plus de 60 ans et étant capables d'analyser leur parcours depuis l'apparition des premiers symptômes). Les résultats complets et la synthèse générale de cette enquête seront présentés au colloque scientifique francophone « Tremblement essentiel et syndromes apparentés » organisé par l'association Aptes, le 8 octobre prochain avec le Club des mouvements anormaux, l'organisation professionnelle des neurologues spécialistes des maladies du mouvement.*

Certains des résultats préliminaires de l'enquête vont à l'encontre des idées reçues sur cette pathologie, et notamment concernant :

- 60% des personnes atteintes de tremblement essentiel ont vu leurs mouvements anormaux apparaître avant l'âge de 40 ans et 40% d'entre eux avant l'âge de 20 ans.
- Cependant le diagnostic n'est porté que chez 25% des cas avant 40 ans dont seulement 6% avant 20 ans
- L'errance diagnostique est longue et 60% des personnes atteintes peuvent mettre des mots sur leurs maux qu'à partir de 40 ans
- L'errance diagnostique dure en moyenne 14 années
- 1 personne sur 4 a vu plus de 5 médecins pour son tremblement avant d'être diagnostiquée,
- 16,63% des personnes atteintes de tremblement essentiel sont diagnostiquées par leur médecin généraliste.
- Les neurologues, pour leur part, détectent 76,47% des cas.

Fabrice Barcq, indique "qu'aux vues de ces premiers résultats préliminaires, il ne faut pas avoir peur de trembler, qu'il faut consulter pour pouvoir comprendre sa maladie et se faire aider". Le rôle des proches et de la famille étant essentiel dans ce soutien.

### **A propos du 2ème colloque scientifique francophone Tremblement Essentiel et syndromes apparentés**

Conservatoire national des Arts et Métiers de Paris – Jeudi 8 octobre 2015

Programme et inscriptions en ligne sur <http://www.aptes.org>

Tél : 0 970 407 535

Contact presse : Geneviève CLIQUET Consultant – 0607500567 – [gcliquet@sf-et-cie.com](mailto:gcliquet@sf-et-cie.com)