

La fibromyalgie, une maladie invisible très invalidante

Par Cassandra Jalliffier | Mis à jour le 11/05/2018 à 20:47



Les malades se plaignent de douleurs chroniques, d'un enraidissement matinal et de troubles du sommeil.

131576724/F8studio - stock.adobe.com

VIDÉOS - Ce samedi 12 mai est la journée mondiale de la fibromyalgie. L'occasion de revenir sur cette maladie assez fréquente, qui se manifeste notamment par des douleurs chroniques et diffuses ainsi qu'une fatigue intense.

«La douleur est invisible mais elle détruit, isole, fragilise». Cette citation, tirée du Livre blanc de la douleur (http://www.cnr-d.fr/IMG/pdf/livreblanc_2017.pdf) publié en 2017 par la Société Française d'étude et de traitement de la douleur, reflète le quotidien des malades atteints de fibromyalgie (<http://sante.lefigaro.fr/sante/maladie/fibromyalgie/ce-qui-faut-savoir>). Loin d'être rare, cette maladie touche 2 à 5% de la population des pays occidentaux, en particulier des femmes (8 à 9 cas sur 10, selon l'Assurance maladie). Pourtant reconnue depuis 1992 par l'Organisation mondiale de la santé, la fibromyalgie est encore perçue par certains médecins comme l'expression de troubles psychosomatiques. Sa cause est encore inconnue à ce jour.

En octobre 2017, les journalistes du *Figaro* ont fait le point sur cette maladie dans l'émission Toc Toc Docteur, en compagnie du Pr Françoise Laroche du Centre d'évaluation et de traitement de la douleur de l'Hôpital Saint-Antoine à Paris.

Qu'est-ce que la fibromyalgie?

Cette maladie est caractérisée par des douleurs chroniques, diffuses et persistantes, qui peuvent être aggravées par l'effort (<http://sante.lefigaro.fr/sante/examen/epreuve-deffort/quest-ce-que-cest>), le froid ou encore l'humidité, ainsi que par des sensations de brûlure (<http://sante.lefigaro.fr/sante/symptome/symptomes->

En poursuivant votre navigation sur ce site, vous acceptez l'utilisation de cookies et de technologies similaires par notre société ainsi que de nos partenaires. En savoir plus
sommeil (<http://sante.lefigaro.fr/mieux-etre/sommeil/facteurs-risque-sommeil/facteurs-influant-sur-sommeil>), de troubles de la cognition ou encore de perturbations émotionnelles. Ces manifestations n'ont à ce jour pas d'explication physiologique et ne s'accompagnent pas d'anomalies biologiques ni de lésions visibles. Bien que très contraignante, la fibromyalgie ne met pas en jeu le pronostic vital car les organes vitaux ne sont pas touchés. De plus, elle n'est ni contagieuse ni héréditaire.



Comment se déclenche la maladie?

Un choc émotionnel ou physique (un accident, une intervention chirurgicale) pourrait déclencher la maladie. Mais il est aussi possible que d'autres dérèglements en soient à l'origine. Ainsi, le lien entre douleur, troubles du sommeil et dépression permet d'envisager un déficit en neurohormones, notamment en sérotonine. «Les neurohormones sont des substances présentes en quantité infime au niveau du système nerveux impliquées dans des fonctions telles que le sommeil, l'humeur et la douleur mais également dans diverses fonctions sensorielles, motrices et cognitives», renseigne l'encyclopédie Orphanet (<https://www.orpha.net/data/patho/Pub/fr/Fibromyalgie-FRfrPub10465.pdf>).



Mais quelle qu'en soit la cause, la maladie ne se déclare pas du jour au lendemain. En effet, avant qu'elle ne s'installe, plusieurs symptômes précurseurs peu spécifiques peuvent survenir, tels que des fourmillements (<http://sante.lefigaro.fr/sante/symptome/paresthesie-fourmillements/quest-ce-que-cest>), une fatigue anormale à l'effort, des douleurs à l'estomac ou encore une intolérance au froid et à la chaleur. Et, une fois installée, la douleur (<http://sante.lefigaro.fr/article/comment-l-acupuncture-est-utilisee-contre-les-douleurs/>) est difficilement réversible. En cause? Les insomnies (<http://sante.lefigaro.fr/sante/symptome/insomnie/quest-ce-que-cest>), chroniques, un environnement stressant (<http://sante.lefigaro.fr/mieux-etre/stress/stress-professionnel-generalites/stress-est-il-uniquement-professionnel>), l'anxiété et une mauvaise hygiène (<http://sante.lefigaro.fr/sante/femme-enceinte/hygiene-vie-pendant-grossesse/l'alimentation>) de vie qui entretiennent la maladie.

La façon dont évolue la maladie est variable selon les personnes. Certaines peuvent par exemple développer une dépression qui affectera leur qualité de vie, d'autres vont ressentir des douleurs empêchant l'activité physique, voire la réalisation de tâches du quotidien. La fibromyalgie est, dans de nombreux cas, une maladie lourde qui affecte profondément le quotidien des malades.

En poursuivant votre navigation sur ce site, vous acceptez l'utilisation de cookies et de technologies similaires par notre société ains

» **LIRE AUSSI - Fibromyalgie: «Apprendre à vivre avec l'omniprésence de la douleur»**

(<http://sante.lefigaro.fr/actualite/2016/05/12/24966-fibromyalgie-apprendre-vivre-avec-lomnipresence-douleur>)

Comment la diagnostiquer?

Le diagnostic est souvent difficile à établir, en raison de l'absence de signes biologiques ou visibles à l'imagerie médicale. Les critères de diagnostic s'appuient sur ceux établis en 1990 par le Collège Américain de rhumatologie. Le patient doit ressentir des douleurs depuis 3 mois ou plus sur au moins 11 des 18 zones sensibles identifiées (sous-occipitales, cervicales bas, trapéziens, omoplate, deuxième côtes, coudes, fessiers, fémurs et genoux). Les douleurs doivent aussi être généralisées, c'est-à-dire se situer à la fois sur les côtés droit et gauche du corps, mais aussi au dessus et en dessous de la taille.

«Lors de l'évaluation clinique, le médecin évalue la souffrance, physique comme morale, du patient. Il recherche aussi une dépression associée, préexistante (sans lien avec la [fibromyalgie](http://sante.lefigaro.fr/sante/maladie/fibromyalgie/ce-qui-faut-savoir) (<http://sante.lefigaro.fr/sante/maladie/fibromyalgie/ce-qui-faut-savoir>)) ou secondaire (en lien avec le syndrome). Le médecin recherche aussi des symptômes associés à la douleur: fatigue, troubles du sommeil, troubles digestifs, troubles de la concentration, etc.», complète la [fiche santé de l'assurance maladie](https://www.ameli.fr/assure/sante/themes/fibromyalgie/causes#text_30269) (https://www.ameli.fr/assure/sante/themes/fibromyalgie/causes#text_30269).

La fibromyalgie peut-elle être confondue avec d'autres maladies?

Le diagnostic peut être long à établir, du fait de la ressemblance de la fibromyalgie avec d'autres maladies. Le médecin doit donc éliminer les autres pathologies apparentées telles que les troubles anxieux ou dépressifs, ou encore les troubles de la personnalité. La fibromyalgie peut aussi être confondue avec le syndrome de l'intestin irritable, une fatigue chronique ou le syndrome de Gougerot-Sjögren, responsable de sécheresse de la bouche, des yeux et des muqueuses génitales.

Quels mécanismes?