

# La fatigue – un symptôme sous-estimé de la spondylarthrite

**La fatigue est omniprésente chez le spondylarthritique. C'est le symptôme le plus fréquent de la maladie après les douleurs et la raideur, et la recherche médicale a encore bien du pain sur la planche à son sujet.**

RETO BALIARDA



**Jean Dudler: «La fatigue éprouvée par les spondylarthritiques est un symptôme trop souvent sous-estimé»**

Bien des spondylarthritiques doivent lutter au quotidien contre la fatigue. «Ce qui m'indispose le plus, c'est la fatigue. Le soir, je me sens très las» nous confie Claudio Seiler, 25 ans. Et Priska Knobel note: «Au fond je suis toujours fatiguée.» Ces deux jeunes clients ne sont pas des exceptions: 62 % des patients se disaient régulièrement fatigués dans une étude évaluant l'efficacité des anti-TNF-alpha (Revicki et al.), chiffre augmentant à 76,5 % des spondylarthritiques dans une étude évaluant spécifiquement ce symptôme.

Le Dr Jean Dudler, médecin-conseil de la SSSA, est conscient de l'état d'épuisement chez le spondylarthritique. «La fatigue est toujours présente. C'est une manifestation centrale, même si malheureusement souvent banalisée de la maladie» nous déclare le rhumatologue du Centre hospitalier universitaire vaudois, à Lausanne.

## **Une fatigue «anormale»**

Mais, comment décrire et faire comprendre au tiers cette fatigue? Le Dr Dudler affirme qu'elle n'est certainement pas comparable à une fatigue normale. «Nous avons tous connu cette fatigue ressentie après une bonne journée d'effort ou de ski par exemple. On pourra se sentir fatigué, voire fourbu, mais le sentiment est loin d'être désagréable. La

fatigue peut même être apaisante et relaxante.» La fatigue du spondylarthritique n'a certainement pas la même qualité apaisante. Il s'agit bien d'une fatigue «pathologique», d'un état constant d'épuisement d'intensité variable qui affecte la qualité de la vie. Comme non-patient, on pourrait la comparer avec cet état d'épuisement et de lassitude que provoque un état grippal sévère.

### **Une facette de la maladie difficile à appréhender par la science**

Les recherches scientifiques spécifiquement centrées sur la fatigue du spondylarthritique (et d'autres maladies inflammatoires rhumatismales) sont encore rares à ce jour. «La fatigue est un symptôme subjectif perçu par le patient» note le Dr Jean Dudler. «Nous savons qu'elle est présente, mais connaissons peu de choses à son sujet. Nous ne savons pas ce qui cause vraiment la fatigue et comment relier la maladie à la fatigue. De même, la fatigue a de multiples origines et diagnostiquer la cause d'une fatigue n'est pas aisé. La fatigue n'est pas spécifique à la spondylarthrite; et, à elle seule, elle ne permet certainement pas de poser un diagnostic.» Toutefois, si la fatigue n'est pas spécifique à la spondylarthrite, elle en reste l'un des symptômes principaux (avec les douleurs et la raideur) et peut, en leur compagnie, faciliter le diagnostic.

### **Une étude se penche sur la fatigue**

La fatigue n'est toutefois pas totalement absente des travaux scientifiques sur la spondylarthrite. Dans leur étude «Évaluation de la fatigue chez le spondylarthritique», Yasemin Turan et ses collaborateurs ont tenté de mieux définir l'importance de la fatigue, sa relation avec la sévérité de la maladie et aussi son influence sur le vécu quoti-

dien du spondylarthritique.

Pour ce faire, ils ont utilisé un questionnaire internationalement reconnu «Évaluation multidimensionnelle de la fatigue» et corrélé les réponses aux résultats d'une évaluation classique de la spondylarthrite (BASDAI, BASFI, vitesse de sédimentation, etc.). Soixante-huit spondylarthritiques (dont 12 femmes), d'un âge moyen de 38 ans, ont participé à cette étude. Comme noté précédemment, la fatigue est un symptôme très prévalent, puisque 76,5 % d'entre eux éprouvaient une fatigue constante. Cette fatigue affectait en priorité des patients avec une maladie active et sévère, correspond à un score supérieur à 5 au BASDAI qui va de 0 à 10.

Ces chercheurs ont démontré que l'importance de la fatigue dépend surtout, avec l'intensité des douleurs, de l'importance de l'anémie ou du syndrome inflammatoire (vitesse de sédimentation), ainsi que de la sévérité de l'ankylose mesurée à l'aide du test de Schober et de la distance mur-occiput. Pour ce dernier élément, les scientifiques l'expliquent ainsi: «La mobilité restreinte de la colonne dorsale et cervicale demande de gros efforts aux spondylarthritiques et dès lors, une personne affectée se fatigue beaucoup.»

Toutefois, l'intensité de la douleur était l'élément le plus important pour expliquer la fatigue. À noter que les chercheurs n'ont trouvé aucun rapport entre la fatigue et une dégradation de l'état psychique (dépression).

Finalement, les chercheurs ont aussi démontré l'intrication entre la fatigue et les difficultés fonctionnelles quotidiennes (BASFI). La fatigue étend également son influence dans le monde du travail et entrave la participation active à, par exemple, un programme de réadaptation. Nombre de patients n'ont simplement pas l'énergie requise pour

s'occuper «activement» durant leurs loisirs. Pour le Dr Jean Dudler aussi, l'influence de la fatigue sur la vie sociale est un problème à prendre au sérieux. «Elle est l'une des causes d'invalidité des spondylarthritiques, et elle limite la qualité de vie dans de nombreux domaines.»

### **Les thérapies pour combattre la fatigue**

Que peuvent faire les personnes atteintes pour lutter contre la fatigue? Selon le Dr Dudler, la gymnastique Bechterew ou le sport peuvent soulager les symptômes du Bechterew, dont la fatigue. Cependant, le rhumatologue lausannois estime que l'influence de la thérapie physique sur ce symptôme en particulier est limitée.

Le traitement médicamenteux, AINS et anti-TNF alpha, se révèle ici plus prometteur. Toutefois, il estime l'influence des anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS) comme modérée: «Alors que les AINS sont souvent efficaces contre les douleurs et la raideur, l'impression est que leur bénéfice est en général plus réduit sur la fatigue. Cette observation est peut-être liée au fait qu'une fatigue importante est souvent associée à des maladies très actives insuffisamment contrôlées par ce type de médicaments.» (réf Dernis-Labous E, Messow M, Dougados M. Assessment of fatigue in the management of patients with ankylosing spondylitis. *Rheumatology* 2003;42:1523-8.) Par contre, les anti TNF alpha ont clairement démontré leur efficacité sur la fatigue. Par exemple, dans une étude récente contrôlée par placebo, l'anti-TNF réduisait de manière beaucoup plus significative la fatigue évaluée sur une échelle de 0 à 10 (une des questions du BASDAI) avec une diminution moyenne de 2,4 points pour les patients traités par anti-TNF. Cet effet est également rapide, clairement démontré à 12 semaines déjà.

### **Conclusion**

Hormis les douleurs et la raideur, la fatigue est le symptôme le plus fréquent dans la spondylarthrite. Si son origine est inconnue, on sait qu'elle est liée à la sévérité de l'activité de la maladie, aux douleurs rachidiennes et à l'inflammation. Elle influence aussi de manière importante la qualité de vie des patients. Si à ce jour peu d'études ont été consacrées à cet aspect important de la spondylarthrite, les médecins commencent à prendre conscience de son importance et à lui porter l'attention qu'elle mérite. La fatigue est une manifestation à part entière de la spondylarthrite et mérite dès lors un traitement pour elle seule le cas échéant, indépendamment des autres symptômes.

## LA FATIGUE DANS L'ÉTUDE CONSACRÉE AU MOUVEMENT



*Karin Niedermann,  
Responsable de l'étude  
Clinique universitaire de Zurich*

La fatigue est également abordée dans l'étude consacré au mouvement que mène actuellement la Clinique universitaire de Zurich en collaboration avec la SSSA.

En général, l'activité physique (surtout la musculation et l'endurance) est recommandée dans les cas de fatigue due aux maladies chroniques. L'effet anti dépressif de l'activité physique et partant, l'influence sur le bien-être général et le sens de sa propre valeur, sont incontestables. Stratégies comportementales et information aux patients sur la sensi-

bilisation à la fatigue sont également au programme.

Il est vrai que les études relatives à l'activité physique et à la fatigue sont rares. Les mécanismes de base permettant d'influencer positivement la fatigue par l'activité physique et l'entraînement sont – comme la fatigue elle-même – encore peu compris.

Les deux seules études menées à ce sujet dans les maladies rhumatismales inflammatoires ont révélé que l'activité physique régulière avait un effet positif sur la fatigue ressentie par les personnes atteintes de polyarthrite.

L'étude en cours consacrée au mouvement dans la spondylarthrite tente de cerner les effets de l'exercice physique et de l'endurance sur une période de 12 semaines et de former les participants à la prise de conscience de leur fatigue. Elle pourrait apporter une réponse à la question de l'influence de l'activité physique ou des stratégies de comportement sur la fatigue des spondylarthritiques.