

QU'EST-CE QUE LA FIBROMYALGIE ?

La composition de terme fibromyalgie est en elle-même évocatrice:

Si l'on prend le mot au sens littéral, l'on peut traduire : « Algie des fibres tendineuses et des muscles ».

La multiplicité de ses symptômes, sa coexistence avec divers syndromes allant de la colite, à la fatigue chronique et aux troubles du sommeil, rendent son diagnostic difficile à poser, dès lors que l'on veut en faire une entité à part entière.

Deux critères doivent être présents¹ pour que ce diagnostic puisse être retenu :

- La douleur diffuse dans tout le corps pendant plus de trois mois ;
- Onze à dix huit points de sensibilité au niveau du cou, de part et d'autre de la nuque, au niveau du creux des coudes, sur la zone interne des genoux, sur la partie extérieure de la hanche, dans le dos, au niveau des fesses.

Bien déterminés, ils apparaissent lorsque l'on exerce une pression donnée.

La symptomatologie présentée est variable

Elle est différente en intensité et dans les symptômes prévalents pour chacun, mais dépend de divers facteurs liés au moment de la journée, au climat, au stress et à l'activité physique : chacun à leur manière, ils influent sur la gravité des symptômes et sur leur évolution.

Se retrouvent principalement² :

Des douleurs musculaires diffuses persistantes avec raideur et présence de certains points algiques au toucher qui, parfois, déclenche la propagation des douleurs dans tout le corps.

Un sommeil non réparateur avec une sensation de raideur musculaire et articulaire dès le lever.

Une fatigue persistante toute la journée.

Des céphalées ou migraines avec, tension au niveau du cou et des épaules, accentuée par un fond d'hyperréactivité à la douleur.

Des symptômes digestifs d'aspect colitique avec, douleurs abdominales, constipation, diarrhée.

Un état dépressif et anxieux de fond.

Des troubles de la concentration.

Une augmentation de la sensibilité aux odeurs, à la lumière, au bruit, aux changements de température, au contact.

Un engourdissement et des fourmillements dans les mains et les pieds.

Des règles douloureuses.

Des troubles urinaires avec cystalgie.

Les facteurs facilitants :

Les femmes paraissent environ quatre fois plus affectées que les hommes : les hormones sexuelles seraient peut-être en cause, la testostérone augmentant la résistance à la douleur.

L'âge interviendrait aussi : la fourchette située entre 40 et 60 ans, avec un pic vers 50 ans semblerait la plus atteinte, avec une phase de fragilisation lors de la ménopause pendant

¹ Selon, l'American College of Rheumatology.

² Chez un tiers des patients.

laquelle la baisse du taux d'hormones ne jouerait, semble-t-il, aucun rôle dans la protection contre la douleur.

Les antécédents familiaux de fibromyalgie ou de dépression, les troubles du sommeil avec spasmes musculaires et syndrome des jambes sans repos, les traumatismes passés - chocs physiques, émotionnels, abus sexuel, accouchement difficile etc. sembleraient ici, un facteur facilitant.

Les infections virales importantes ou génératrices de déficience immunitaire s'avèrent souvent, elles aussi, en cause.

Peuvent y être ajoutés des éléments facilitateurs : le manque ou l'excès d'exercice physique, la tendance à se fixer sur la douleur ou à « remâcher » ce qu'elle entraîne de contrainte et d'effets négatifs, sont parfois actifs en eux-mêmes, pour entretenir le trouble. En donnant des renseignements tout à fait intéressants sur les types de personnalités en cause et les profils homéopathiques qui peuvent s'y voir associés, ils rendent l'apport de l'homéopathie, encore plus précieux.

A suivre...

Docteur Geneviève Ziegel.

