

Les symptômes de la fibromyalgie

Cette pathologie essentiellement féminine (environ 80 % des cas) est de survenue tardive (après 50 ans), mais il existe des cas avant 35 ans. Les individus atteints de fibromyalgie sont moins nombreux à partir de 70 ans. Plus rarement la fibromyalgie touche également les enfants. Pour certains spécialistes la prévalence de la fibromyalgie atteindrait 20 % de la population.

Les principaux symptômes dont se plaignent les individus atteints de fibromyalgie, en dehors de la douleur, sont un sommeil perturbé, des paresthésies des membres supérieurs (fourmillements), des perturbations psychiques importantes à type de dépression essentiellement, des douleurs à la pression (même légère) de certaines zones précises du corps (points de Yunus), une impression de crispation des mains et une fatigue générale intense. De façon générale, le patient atteint de fibromyalgie ressent un malaise se caractérisant par une douleur généralisée associée à une importante fatigue, ou plus précisément un surcroît de fatigue. D'autre part, certaines zones de son corps sont plus sensibles au toucher que d'autres, ce qui l'empêche d'accomplir les tâches inhérentes au quotidien, aggravant du même coup son état psychologique.

La première plainte d'un individu atteint de fibromyalgie est la douleur. Il s'agit soit de douleurs diffuses, soit de douleurs localisées. Les douleurs diffuses se situent globalement dans l'axe du corps, c'est-à-dire qu'elles concernent les régions du cou, des lombes (bas du dos) et des fesses. Les douleurs localisées se situent au niveau du rachis (colonne vertébrale) essentiellement. Une caractéristique typique des douleurs ressenties au cours de la fibromyalgie est leur majoration par le froid, l'anxiété, le stress ou la fatigue. Cette fatigue touche essentiellement les muscles et donne l'impression d'une sensation de nœud ou de brûlure.

Les patients se plaignent également d'une sensation de gonflement dont la localisation varie selon les individus. À cela s'ajoutent d'autres symptômes moins fréquents : il s'agit d'une impression de fourmillements (paresthésies), de chaleur ou au contraire de froid au niveau de la peau, s'associant à une perturbation de la coloration cutanée (ce que l'on appelle des troubles vasomoteurs).

Plus précisément, les patients atteints de fibromyalgie décrivent :

- Des douleurs durent depuis plusieurs mois en trois endroits différents au moins. La moindre douleur est insupportable, intolérable. Le plus souvent la douleur ne touche pas les mains et les pieds et se situe au niveau du cou, en dessous du crâne (entraînant des céphalées : maux de tête), en arrière, au niveau des épaules (à l'insertion du sus-épineux et du trapèze), au niveau des coudes (zone épicondylienne) et au niveau du grand trochanter (apophyse, zone de la partie supérieure du fémur, os unique de la cuisse). Les douleurs qui surviennent spontanément et qui donc ne sont pas déclenchées par la pression du doigt de l'examineur, sont décrites comme une brûlure, un broiement, une raideur, une courbature, etc. Si la douleur est susceptible de débiter dans une seule région comme une épaule par exemple ou encore le cou (rachis cervical), ou le bas du dos (rachis lombaire), cette douleur peut également s'étendre à l'ensemble de l'organisme. Parfois les patients se plaignent de douleurs dans les articulations donnant une impression de gonflement. Pourtant à l'examen les

articulations apparaissent normales. Chez certains patients, mais pas tous, on constate une raideur matinale qui s'améliore au cours de la journée mais malheureusement pas pour tout le monde. Parfois les patients ressentent une sensation de froid (contrairement aux autres personnes de leur entourage) ainsi que des phénomènes proches du syndrome de Raynaud (fourmillements des doigts des mains accompagnés d'une coloration blanche de la peau, ou au contraire bleu violette, etc.). Généralement les symptômes sont aggravés par le froid, l'anxiété, le stress, le temps humide, le surmenage, le manque de sommeil, l'insuffisance de repos ou de vacance. Parfois les patients sont améliorés par un temps chaud et ensoleillé.

- Une sensation de fatigue intense, concernant les muscles dans la majorité des cas. Ceci explique que l'individu atteint de fibromyalgie, se sent harassé, exténué et présente un handicap fonctionnel souvent en inadéquation avec une activité professionnelle.
- Des troubles cognitifs : il s'agit avant tout de troubles de la mémoire, et pour certains patients des perturbations dans le traitement des informations qui leur arrivent, plus précisément dans la vitesse de traitement de ces informations. Autrement dit, les patients mettent un certain délai pour comprendre ce qui leur est dit. Mais ceci n'est pas vrai pour tous les malades atteints de fibromyalgie.
- Des paresthésies : il s'agit d'un trouble de la sensibilité, désagréable mais non douloureux, donnant l'impression de palper du coton et pouvant s'accompagner d'une anesthésie (disparition plus ou moins importante de la sensibilité). Le terme habituellement employé est fourmillement.
- Un peu moins de la moitié des patients présentent une dépression importante (chiffre supérieur à la population générale). Il est impossible de savoir, pour l'instant, si celle-ci est la cause de la fibromyalgie ou sa conséquence. Le plus souvent, des antécédents de dépression sont retrouvés. Il semble néanmoins que la dépression soit une conséquence de la fibromyalgie. En effet, étant donné l'état d'isolement social dans lequel se trouvent les patients, il semble compréhensible qu'ils souffrent d'un syndrome dépressif. Certains examens de laboratoire permettent de dire avec quasi-certitude que la dépression au cours de la fibromyalgie n'est pas organique mais sans doute secondaire (c'est-à-dire provoquée par la fibromyalgie). En effet, au cours de la dépression «classique», certains dosages, comme par exemple celui du cortisol dans les urines, sont perturbés. Au cours de la fibromyalgie, le dosage du cortisol et d'autres tests (test à la dexaméthasone) sont normaux.
- Au cours de la fibromyalgie on constate très fréquemment, chez certains individus, ce que l'on appelle les altérations fonctionnelles du système nerveux autonome. Il s'agit d'une perturbation du fonctionnement du système nerveux végétatif, le système nerveux qui régule les fonctions automatiques de l'organisme. Ceci se traduit par des anomalies de la circulation cutanée et plus précisément des minuscules vaisseaux de la peau. On constate, en effet, une vasoconstriction c'est-à-dire une diminution du calibre de ces vaisseaux ce qui pourrait éventuellement expliquer, la survenue de certains symptômes plus spécifiques, au cours de la fibromyalgie. Il s'agit d'une piste sérieusement étudiée par des chercheurs brésiliens (enquête menée en 2006), qui ont montré qu'au cours de la fibromyalgie, le système nerveux sympathique et parasympathique étaient perturbés.

Globalement, ce syndrome (c'est-à-dire cet ensemble de symptômes) concernant le dysfonctionnement du système nerveux végétatif porte le nom de dysautonomie.

L'examen clinique, c'est-à-dire l'examen physique, du patient atteint de fibromyalgie montre quelquefois une hyperactivité sympathique du cœur (accélération du rythme cardiaque), entre autres. Étant donné que les perturbations du système nerveux sympathique sont également

susceptibles d'entraîner l'apparition d'une mydriase (dilatation de la pupille), d'une augmentation de la pression artérielle, d'un ralentissement du péristaltisme (mouvements intestinaux) et d'une vasoconstriction (dilatation des vaisseaux) périphérique, il est nécessaire de rechercher ces perturbations pour orienter un diagnostic de fibromyalgie.

Plus intéressant encore, toujours en ce qui concerne les perturbations du système nerveux autonome, la mise en évidence d'une hypotension orthostatique est fréquente chez les individus atteints de fibromyalgie. L'hypotension orthostatique se traduit par une baisse de la tension artérielle quand le patient passe de la position allongée à la position debout. Ce phénomène est facilement mis en évidence en prenant le temps de prendre la tension artérielle chez un individu allongé puis debout, après lui avoir demandé de se lever, le plus rapidement possible. Ce phénomène semble, paradoxalement, diminuer lors du stress.