

Les Examens pour Diagnostiquer une Fibromyalgie

21 décembre 2009 By Thibault Renalut

Il est malheureusement très difficile de diagnostiquer une fibromyalgie. Il n'existe pas d'examen qu'un docteur peut faire passer afin d'affirmer clairement, « Oui, vous souffrez de fibromyalgie ». Diagnostiquer cette maladie est plutôt un processus d'élimination car il y a plusieurs autres maladies qui présentent des symptômes similaires, telles que l'arthrite rhumatoïde, le syndrome de fatigue chronique et le lupus.

Il peut s'écouler un certain temps entre le moment où vous remarquez les symptômes et celui où on vous diagnostique une fibromyalgie, ce qui peut être frustrant. Essayez de rester patient et n'oubliez pas que votre docteur travaille dur pour trouver la cause exacte de votre douleur et de vos autres symptômes. Dresser le diagnostic correct rend le traitement bien plus efficace.

Les Critères de la Fibromyalgie

En 1990, l' American College of Rheumatology a développé des critères pour classer la fibromyalgie, ou plus simplement, pour la diagnostiquer. Selon eux, deux symptômes principaux devaient être présents afin d'émettre ce diagnostic:

- Une douleur répandue (présente généralement depuis plus de trois mois)
- Une sensibilité sur au moins 11 des 18 points de pression spécifiques (souvent confondus avec les points "gâchette", associés à une douleur chronique myofasciale)

Nombreux sont les docteurs qui se fient à ces indications générales ; comme vous le savez peut-être, la fibromyalgie est une maladie très variable, c'est donc un véritable défi d'établir des conseils de diagnostic définitifs. Par exemple, si un patient ressent une douleur répandue depuis longtemps et souffre sur 10 des 18 points de tension, en plus d'autres symptômes possibles de la fibromyalgie tels qu'une extrême fatigue, est-il vrai de dire que le patient est fibromyalgique ?

Même la façon de diagnostiquer la fibromyalgie peut être difficile à définir, mais un docteur expérimenté sera capable de prendre en compte l'ensemble de vos symptômes et de faire en sorte de développer un diagnostic.

Le Processus de Diagnostic d'une Fibromyalgie: Ce qui Peut Arriver

Votre docteur s'intéressera de près à vos antécédents médicaux et vous interrogera sur toute autre maladie que vous ou des membres de votre famille peuvent avoir.

Vous devrez également détailler vos symptômes : Où est localisée la douleur ? À quel point vous fait-elle souffrir ? Depuis combien de temps ? Diagnostiquer une fibromyalgie dépend vraiment de votre description des symptômes, il est donc nécessaire d'être aussi spécifique et précis que possible. Pensez à tenir un journal de la douleur (où vous écririez tous vos symptômes) pour informer votre docteur plus précisément lors de votre rendez-vous.

La fibromyalgie ayant de nombreux symptômes possibles et pouvant coexister avec d'autres maladies, essayez d'être le plus précis possible lorsque vous expliquez ce que vous vivez. Dites à votre docteur si vous avez des troubles du sommeil, si vous vous sentez souvent

fatigué, si vous ressentez des maux de tête, etc. Lisez les symptômes de la fibromyalgie et écrivez tous ceux qui s'appliquent à votre cas.

Le docteur palpera également (ce qui signifie qu'il appliquera une légère pression avec ses mains) les 18 points de pression. Si vous souffrez de fibromyalgie, au moins 11 de ces points vous feront mal lorsque le docteur appuiera doucement dessus.

D'autres Tests Possibles

Comme mentionné plus haut, les symptômes de la fibromyalgie peuvent être très similaires à d'autres maladies, telles que l'arthrite rhumatoïde, l'hypothyroïdie et la spondylarthrite ankylosante. Votre docteur voudra écarter les autres maladies et pourra alors vous faire passer d'autres tests.

Souvenez-vous, ces tests ne servent pas à diagnostiquer la fibromyalgie; leur but est d'éliminer toute autre maladie possible.

Le docteur pourra vous faire passer :

- Un test pour dépister les anticorps antinucléaires : Les anticorps antinucléaires sont des protéines anormales qui peuvent se trouver dans votre sang si vous avez un lupus, une maladie dont les symptômes sont similaires à ceux d'une fibromyalgie. Le docteur voudra savoir si votre sang contient ces protéines afin d'écarter la théorie du lupus.
- Un hémogramme: En regardant votre hémogramme (ou numération sanguine), votre docteur sera capable de trouver une autre cause à votre fatigue extrême, telle que l'anémie.
- Une vitesse de sédimentation (VS): Un test de la VS mesure la rapidité des globules rouges à tomber dans le fond de l'éprouvette. Chez les personnes atteintes d'une maladie rhumatismale (telle que l'arthrite rhumatoïde), la VS est parfois plus élevée. Les globules rouges tombent vite dans le fond de l'éprouvette, ce qui suggère une inflammation dans le corps.
- Le test du facteur rhumatoïde (FR): Chez de nombreux patients atteints d'une maladie inflammatoire (telle que l'arthrite rhumatoïde, qui présente les mêmes symptômes que la fibromyalgie), un taux plus élevé du facteur rhumatoïde peut être identifié dans le sang. Un taux plus élevé de FR ne garantit pas que votre douleur soit causée par une arthrite rhumatoïde (AR), mais avec ce test, votre docteur explorera la possibilité de diagnostiquer une AR.
- Les tests thyroïdiens: Ces tests aideront le docteur à écarter les problèmes de thyroïde.

Dernier point

Une fois encore, diagnostiquer une fibromyalgie peut prendre du temps. En tant que patient, votre rôle est de rester proactif dans le processus de diagnostic ; soyez votre propre avocat.

Par exemple, lorsque votre docteur vous fait passer un test, demandez lui pourquoi. Assurez-vous de comprendre ce que les résultats montreront et dans quelle mesure ce test aidera à en savoir plus sur votre douleur. Si vous ne comprenez pas les résultats ou ce qu'ils impliquent, posez des questions jusqu'à ce que tout soit clair.