

DOULEURS

Fibromyalgie : une maladie invisible aux maux bien réels

Provoquant des douleurs diffuses et persistantes, la fibromyalgie est parfois encore perçue comme une maladie inexistante. Pour les patients qui en souffrent, elle est pourtant bien réelle. Pour la recherche aussi.

PAULINE MARTIAL

Elle passe le plus souvent inaperçue dans les analyses sanguines, les radiographies et la plupart des examens paracliniques, mais la fibromyalgie est pourtant bien réelle pour les quelque 200 à 300.000 personnes qui en souffrent en Belgique. Maladie reconnue en 1992 par l'OMS, elle se caractérise essentiellement par une douleur chronique et diffuse. « Cette douleur peut se localiser à plusieurs endroits du corps : au niveau de la région cervicale, du dos, des bras mais aussi d'autres membres supérieurs et inférieurs, parfois même au niveau thoracique ou de l'abdomen. Chez les fibromyalgiques, cette douleur est persistante depuis au moins trois à six mois », développe Etienne Masquelier, chef de clinique et coordinateur du centre multidisciplinaire de la douleur chronique au CHU UCL Namur - site Godinne.

Une image négative

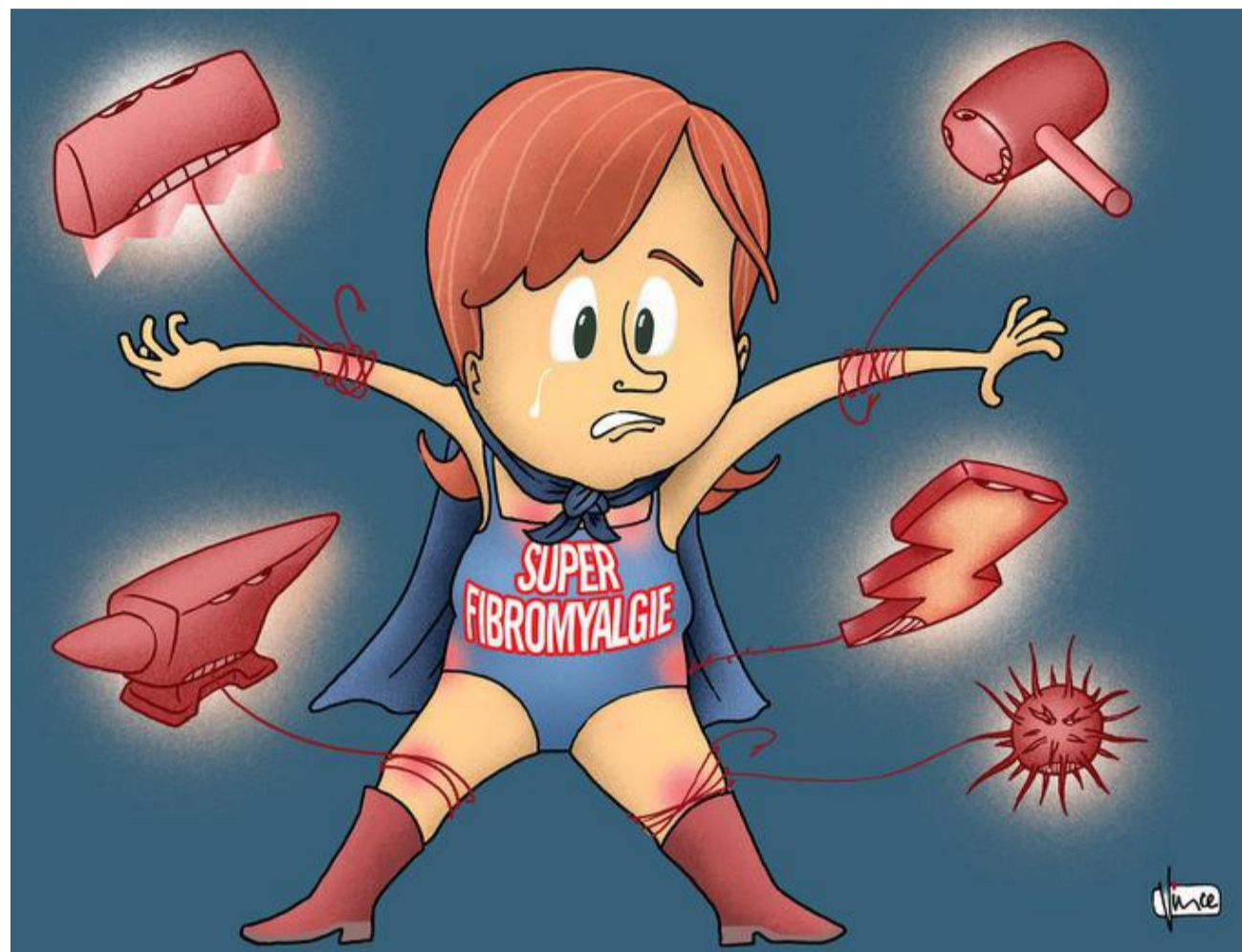
A ce tableau clinique, variant sensiblement d'un patient à l'autre, peuvent s'ajouter d'autres symptômes tels que la fatigue voire l'épuisement, l'altération de la qualité du sommeil, des raideurs ainsi que des troubles cognitifs sous forme de perturbation de la concentration ou de l'attention. « La fibromyalgie entrave l'activité physique. La douleur qui y est liée module donc généralement davantage lors de certains efforts plus que d'autres. Elle s'intensifie par exemple lorsque les patients doivent garder les bras en l'air, conserver une même position ou rester assis longtemps », explique Etienne Masquelier.

L'ensemble de ces symptômes peut

Une prise en charge globale

Autrefois largement basée sur le volet médicamenteux, la prise en charge des patients atteints de fibromyalgie se fait aujourd'hui de manière globale. Les antidouleurs sont utilisés avec parcimonie et réservés aux cas les plus sévères. Des anti-épileptiques et des antidépresseurs peuvent être administrés en traitement de fond mais ne doivent plus être dissociés d'autres axes thérapeutiques.

« On sait aujourd'hui que la pratique adaptée d'une activité physique est primordiale dans le traitement de cette maladie. Elle doit cependant être effectuée avec un professionnel averti, de manière à ne pas effectuer des mouvements qui majoreraient la douleur », insiste le D^r Masquelier. Jusqu'à 60 séances de kiné par an peuvent être remboursées pour les fibromyalgiques. Des séances indissociables d'une éducation et d'une thérapie cognitive et comportementale. PA.ML



interférer très sévèrement avec la qualité de vie des fibromyalgiques. Une réalité qui ne suffit pourtant toujours pas à déconstruire totalement les préjugés et les stéréotypes liés à cette maladie. « Aujourd'hui encore, il existe une représentation sociétale très négative de la fibromyalgie. Certains considèrent, à tort, que cette maladie n'existe que dans la tête des patients. C'est la raison pour laquelle nous organisons un colloque international à ce sujet le 25 septembre prochain à Louvain-la-Neuve. L'idée est de pouvoir présenter les avancées de la recherche aux professionnels mais aussi au grand public et aux patients. La compréhension des mécanismes de leur pathologie est primordiale dans leur prise en charge. Certains ne prennent pas toujours conscience de ce que cela implique au quotidien. Ils continuent à vivre au rythme exigeant qu'impose notre société,

jusqu'au jour où l'élastique finit par céder », précise le chef de clinique.

La recherche avance chaque jour un peu plus dans la compréhension de la fibromyalgie. En neurosciences, plusieurs études convergent par exemple vers la mise en évidence chez ces patients d'une perturbation du système de régulation de la douleur au niveau du système nerveux central. « Par des techniques d'imagerie fonctionnelle du cerveau, on a expliqué ce qu'on appelle l'allodynie, un phénomène duquel les patients perçoivent comme douloureux des choses qui ne devraient pas l'être. Pour certains, le simple poids d'une couverture ou des chaussures trop serrées provoquent des douleurs. Des études s'intéressent aussi à la manière dont le système nerveux central peut être modifié chez les fibromyalgiques. Nous avons longtemps pensé que ces modifications

s'opéraient au niveau neuronal. Aujourd'hui, on sait que des cellules gliales, cellules immunitaires du système nerveux central, sont activées de façon anormale dans certaines zones et provoquent une inflammation cérébrale », détaille Etienne Masquelier. Ces cellules seraient activées par des facteurs environnementaux : des traumatismes physiques ou émotionnels, un terrain anxio-dépressif ou hyperactif ainsi que des situations de stress répétitif. La cause de la fibromyalgie est donc multifactorielle. Et les progrès réalisés pour la comprendre ont leur importance, car ils réorientent la prise en charge des patients. Des avancées sont encore attendues en matière de traitement, mais l'espoir reste de mise. Des études finlandaise et américaine ont récemment obtenu des chiffres de 15 % de rémission, moyennant des adaptations quotidiennes.

petite gazette

Ils voulaient voir Rio...

Deux Français ont été interpellés après avoir assisté au lever du soleil perchés au sommet de la statue du Christ Rédempteur, un monument iconique offrant une vue vertigineuse sur Rio de Janeiro, a raconté l'un d'entre eux. Clément Dumais, 28 ans, et Paul Roux-dit-Buisson, 27 ans, étaient restés dimanche soir sur le site de la statue de 38 mètres de haut après la fermeture. Ils voulaient observer le lendemain le lever du soleil sur « la ville merveilleuse » et la majestueuse baie de Guanabara.

... du plus haut possible

Ils se sont introduits avant l'aube dans la statue, grimant grâce à un escalier qui serpente à l'intérieur du monument, pour aboutir à une trappe ouvrant sur l'un des bras du « Corcovado » dont la distance d'une main à l'autre est de quelque 28 mètres. « On était debout sur les bras et la tête du Christ et un agent de sécurité nous a vus », a raconté Paul Roux-dit-Buisson. Interpellés lundi, ils ont été relâchés après le versement d'une caution totale de 10.000 réais (1.600 euros) et devront comparaître devant un juge. AFP

Dixit

« Nul homme n'est sans défauts : le meilleur est celui qui en a le moins. »

HORACE

En quête de douceur

La Russie a expliqué mardi reporter le lancement de sa sonde Luna-25 en raison de problème avec le système d'alunissage, nouvelle illustration des difficultés rencontrées par l'industrie spatiale russe. Cette mission, prévue à l'origine en octobre et reportée à 2022, devait être le premier lancement d'une sonde lunaire par Moscou depuis les années 1970, lorsque l'industrie spatiale soviétique était source de grande fierté pour le pays. C'est un coup dur pour l'ambition russe de rester dans la nouvelle course vers la Lune, alors que les Américains de la Nasa veulent envoyer des humains sur le satellite de la Terre vers 2024. Le directeur de NPO Lavotchkina, l'entreprise élaborant Luna-25, Alexandre Chirchakov a expliqué mardi le report à cause de « certains problèmes rencontrés lors de tests », plus spécifiquement à la nécessité de « mettre au point un système d'alunissage en toute sécurité » et « en douceur ». AFP



La relève de la garde a repris devant Buckingham

La cérémonie de la relève de la garde, ancienne et célèbre tradition liée à la famille royale britannique, a repris cette semaine pour la première fois depuis le début de la pandémie devant le palais londonien de Buckingham. Ce spectacle militaire haut en couleur avait été interrompu il y a environ un an et demi pour éviter d'attirer des foules de touristes pendant le confinement. Portant leurs tuniques écarlates et leurs célèbres bonnets en poils d'ours, les soldats de la nouvelle garde remarquent depuis lundi de la caserne Wellington, située à proximité du palais, jusqu'à la résidence de la reine, pour prendre la relève de l'ancienne garde. « On a dû attendre si longtemps », a confié le sergent-major de garnison Andrew Stokes, chargé du grand retour de la cérémonie, « il a fallu beaucoup de travail et de préparation pour être à la hauteur ». En temps normal, jusqu'à 20.000 touristes viennent voir chaque jour la relève de la garde au palais de Buckingham, a précisé le sous-officier. AFP ET PHOTO NEWS

Quand 75 euros...

Une habitante de Pontarlier (Doubs, France) a vécu une situation particulière il y a quelques jours. Cette femme de 73 ans s'est rendue à l'un des guichets automatiques de sa banque pour encaisser un remboursement de 75 euros de la part du Trésor public. Mais lorsque son chèque est entré dans la machine, l'écran a alors affiché un dépôt de 664.000 euros ! « J'ai tout de suite pressé sur "annuler". Comme je ne voyais pas le chèque ressortir, j'ai immédiatement prévenu ma banquière », a expliqué la septuagénaire. Ainsi, sa conseillère a rapidement été informée de la situation. Elle a alors pu récupérer le chèque à l'intérieur du guichet automatique avant qu'il ne soit versé sur le compte de la Doubiennne.

... devient un magot !

Au vu de la situation inédite, cette dernière a ensuite tenté, avec humour, une négociation en proposant à la banquière de partager la somme avec elle à hauteur de 20 %, raconte *L'Est républicain*. Mais la professionnelle « a refusé », a indiqué la septuagénaire, en riant. A ce jour, l'hypothèse la plus probable pour expliquer cette incohérence serait un problème technique provenant de l'appareil. OUEST FRANCE

Le bébé « Nevermind »...

Le bébé flottant après un billet dans une piscine est devenu une icône de la culture punk. L'album *Nevermind* de Nirvana date de 1991 et 30 ans plus tard, le bébé est devenu un jeune adulte. Spencer Elden estime que sa vie a été rendue compliquée suite à cette pochette et son succès. Il décide maintenant de porter plainte contre le groupe et la maison de disques pour exploitation sexuelle et estime qu'ils n'ont pas respecté les lois fédérales en matière de pédopornographie.

... attaque Nirvana

Il argumente sa plainte sur le fait qu'il ne pouvait pas donner sa permission pour la prise de cette photo et surtout de son utilisation. Il ajoute que cette image correspond à de la pornographie juvénile. Lors du tournage, il aurait été promis à l'époque de couvrir les parties génitales de l'enfant sur la couverture avec un autocollant, chose qui n'a finalement jamais été faite. Son avocat explique que le jeune homme a « subi des dommages permanents » ainsi que « des problèmes émotionnels extrêmes et permanents qui se manifestent également physiquement, une perte de capacité de revenu à vie et une perte de joie de vivre ». SOIRMAG