

# La fibromyalgie, ce mal mystérieux

La fibromyalgie est aujourd'hui une maladie très fréquente. Selon certaines estimations, elle toucherait jusqu'à 1,4 ou 2 millions de personnes en France, principalement des femmes. Mais les enfants ne sont pas épargnés par cette pathologie qui ressemble plus à une épidémie qu'une simple maladie.

Bien que la fibromyalgie ait été découverte il y a plus d'un siècle, elle demeure mystérieuse à plusieurs égards ce qui rend particulièrement difficile le parcours des personnes malades.

D'abord, son diagnostic n'est pas aisé parce que cette maladie reste inconnue pour de nombreux médecins, pire, un certain nombre d'entre eux refuse toujours de la reconnaître, parlant plutôt de trouble psychologique. Pourtant dès 1992, l'OMS l'a reconnu comme étant une maladie à part entière présentant des symptômes bien précis. Mais aujourd'hui, il faut toujours compter de longs mois, voire plus une année entière, avant que la maladie soit enfin diagnostiquée. En attendant cela, les personnes vivent un véritable calvaire. Elles souffrent dans la plus grande incompréhension du milieu médical, de leur employeur et même de leur famille...

La symptomatologie repose d'abord sur des douleurs en des endroits bien précis de l'organisme. Ces douleurs doivent être persistantes depuis au moins trois mois et pratiquement permanentes. Elles s'accompagnent de fatigue, d'anxiété voire d'état dépressif, d'insomnie et de troubles intestinaux, pour ne parler que des signes les plus importants. Car de nombreux autres troubles ont été répertoriés : maux de tête, vessie instable, troubles de règles, frilosité, bourdonnements d'oreille, crampes, troubles sexuels, transpiration, bouche sèche, etc.

Les examens complémentaires n'apportent pas grand chose pour le moment. Mais de nouveaux tests sont en train d'être mis au point qui permettront dans un avenir proche, un diagnostic fiable et plus rapide : IRM fonctionnel, ponction lombaire, tomographie d'émission monophotonique...

Autre source d'incompréhension : la (les) cause de la fibromyalgie est mal connue. Actuellement, un consensus se fait pour parler d'un dérèglement du circuit de la douleur... ce qui est vrai, mais ne fait que repousser un peu plus loin le débat.

Les traitements conventionnels constituent le troisième volet des difficultés rencontrées par les personnes malades. Car les traitements actuels n'apportent que peu de solutions aux personnes atteintes de fibromyalgie : les médicaments de type inhibiteurs de la recapture de la sérotonine et de la noradrénaline, antagonistes de la sérotonine, agonistes dopaminergiques... compensent les déséquilibres sans en traiter la cause. Les antalgiques et les anti-inflammatoires n'ont que peu d'effet sur les douleurs. Seuls, l'exercice physique (kinésithérapie, physiothérapie...) et la thérapie cognitive et comportementale apportent un petit soulagement.

Cependant ces traitements ne sont toujours que symptomatiques. Et bien que toujours utiles, ils n'agissent aucunement sur les racines du mal. Or, certains médecins et certains professeurs à travers le monde, travaillent sur cette maladie et ont des solutions très intéressantes à proposer. Choses curieuses, les pouvoirs publics, les médecins comme les associations de fibromyalgiques ne veulent pas en entendre parler...

Quelles sont ses approches ?

- Le traitement du facteur déclenchant : anesthésie, vaccins, stress excessif, chirurgie, accident, conflit, décès... mais aussi abus sexuel (pouvant remonter à l'enfance), maltraitance, harcèlement...
- Le traitement des désordres intestinaux : régime Seignalet, recherche d'une intolérance, probiotiques, glutamine, chlorophylle, etc.
- La recherche et la compensation de carences : magnésium, co-enzyme Q10, zinc, fer, iode, vitamine D, etc.
- Très souvent une infection est retrouvée notamment une maladie de Lyme, une dengue, un herpès, une candidose, une infection à staphylocoque...
- Les intoxications aux métaux lourds sont fréquentes : nickel, mercure, argent, aluminium, mais aussi aux pesticides. Lorsqu'elles sont retrouvées, une détoxification de l'organisme s'impose.
- Des problèmes de l'articulé dentaire sont souvent à l'origine des troubles ostéo-articulaires douloureux.
- Une maladie auto-immune se retrouve dans de nombreux cas de fibromyalgie, soit avant le début de la maladie, soit conjointement.
- L'acidose du terrain et les champs électromagnétiques artificiels sont aussi des causes possibles ou des facteurs aggravants.

Ainsi bien de nombreuses pistes s'ouvrent devant les personnes atteintes de fibromyalgie. Selon les cas, selon les antécédents, selon les symptômes présentés, il faudra s'orienter préférentiellement vers tel ou tel traitement. Mais en cas de résultat insuffisant, il ne faudra pas hésiter à en essayer un autre.

Personnellement, je reste persuadé qu'il est possible de guérir de cette maladie, même si elle laisse une certaine fragilité comme séquelle pendant quelques temps.

Enfin, il faut savoir que nombre de fibromyalgiques étaient avant leur maladie, des personnes superactives, impatientes, voire perfectionnistes, qui travaillaient beaucoup au détriment même de leur santé. La maladie les a stoppé brusquement dans leurs activités en les obligeant à se reposer, à réfléchir et à changer... à changer de mode de vie, à changer de mode de penser... C'est peut-être là la cause véritable de cette maladie : changer pour se mettre en harmonie avec ses aspirations profondes et revivre sur d'autres bases.

Dr Luc Bodin

[www.medecine-demain.com](http://www.medecine-demain.com)

Auteur du livre « La fibromyalgie et le syndrome de fatigue chronique, les comprendre, les traiter » aux éditions du Dauphin.