

# Fibromyalgie: connaissances mises à jour dans une brochure

Les personnes atteintes de fibromyalgie font encore face à un manque de reconnaissance de la société. Une publication vise à renforcer la compréhension de la maladie et tient lieu de guide.



© Ligue suisse contre le rhumatisme Des douleurs étendues dans les muscles, les tendons et les articulations, des problèmes de sommeil, un épuisement chronique et des troubles cognitifs : ce ne sont là que quelques symptômes parmi une centaine d'autres du syndrome de fibromyalgie. La médecine n'est pas en mesure d'attribuer des lésions organiques, des processus auto-immuns ou d'autres processus pathologiques objectifs à la souffrance subjective des personnes concernées.

## Pas une maladie psychique

Trop de personnes concernées entendent encore qu'elles sont en bonne santé ou qu'elles ont une dépression. Effectivement, trois personnes sur quatre atteintes de fibromyalgie souffrent d'une dépression latente ou marquée. Des troubles anxieux ou de l'agressivité peuvent également survenir. Mais ils correspondent à des schémas de réaction émotionnels face à des conditions de vie compliquées, empruntées de douleurs, de problèmes, d'incompréhension et d'isolement social. La fibromyalgie n'est pas en soi une maladie psychique.

Selon l'OMS, la fibromyalgie ne relève pas du rhumatisme. L'Organisation mondiale de la santé l'a classée en 2022 dans le groupe nouvellement créé des douleurs chroniques primaires. Cette classification (CIM-11) ne change cependant rien au fait que les personnes concernées sont généralement suivies par un·e rhumatologue. Il y a également de la nouveauté concernant le diagnostic. À la différence des lignes directrices précédentes, la fibromyalgie ne constitue plus un diagnostic d'exclusion. Cela signifie que la fibromyalgie peut être diagnostiquée seule ou en complément d'autres diagnostics.

Pendant longtemps, le traitement de la fibromyalgie suivait un plan par étapes, commençant par la formation des patient·e·s. Toutefois, la littérature scientifique des cinq dernières années confirme les avantages d'un traitement multimodal. Il comprend, dès le début, un traitement ou un conseil psychologique, des activités physiques et des entraînements, un traitement médicamenteux ainsi que des soins complémentaires, y compris ceux de la médecine empirique. En principe, tous les traitements et toutes les formes d'autogestion qui soulagent les symptômes de la fibromyalgie de manière avérée et qui freinent la chronification de la maladie entrent en ligne de compte.

## Grand besoin en conseil social

Les personnes atteintes d'une fibromyalgie et actives professionnellement rencontrent souvent des difficultés avec l'assurance-invalidité mais aussi avec la caisse-maladie ou l'assurance perte de gain. La Ligue suisse contre le rhumatisme recommande une détection précoce et préventive et que les personnes concernées exploitent toutes les possibilités de rester actives professionnellement. Il est souvent possible d'adapter les conditions de travail. Le conseil social gratuit de certaines ligues cantonales ou régionales contre le rhumatisme, ainsi que le conseil juridique de Procap, Inclusion-Handicap et Pro Infirmis proposent un soutien professionnel.

Télécharger ou commander [la nouvelle brochure](#) (disponible en français, allemand et italien)