

# Etes-vous concerné(e) par la fibromyalgie ?

Répondez par OUI ou par NON	OUI	NON
<b>①</b> Mes douleurs sont diffuses et « baladeuses ». Elles touchent plusieurs endroits du corps (cou, lombaires, épaule...) depuis plus de 3 mois.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>②</b> Je les ressens parfois comme des brûlures ou des décharges électriques.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>③</b> J'éprouve souvent des sensations anormales, comme des fourmillements, des picotements, des engourdissements ou des crampes.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>④</b> Je suis toujours fatigué dès le matin.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>⑤</b> Mon sommeil est perturbé, non réparateur.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>⑥</b> Je me plains d'un ou plusieurs autres troubles : intestinaux, de la mâchoire, de la concentration et de la mémoire, urinaires ou de maux de tête.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>⑦</b> Je suis anxieux, émotif, trop sensible mais initialement non dépressif. Avant, j'étais hyperactif, combatif, dévoué mais avec un stress mal géré et/ou un fort besoin de reconnaissance.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**A partir de 6 réponses positives sur 7**, vous êtes probablement atteint de fibromyalgie. Consultez sans tarder votre médecin traitant ou un rhumatologue afin de préciser au plus vite le diagnostic.

## LE QUOTIDIEN DU MEDECIN

21 RUE CAMILLE DESMOULINS  
92789 ISSY LES MOULINEAUX CEDEX 9 - 01 73 28 12 70

### Un état douloureux maintenant reconnu L'éducation du patient fibromyalgique

« LA FIBROMYALGIE, un état douloureux enfin reconnu et pris au sérieux » : toute la singularité de cette pathologie atypique est résumée dans le titre de l'ouvrage du Dr Charley Cohen. L'intérêt de son livre est de présenter la maladie sous ses différents aspects sans omettre les possibles diagnostics différentiels. L'ouvrage est aussi un outil précieux et pratique pour le patient à la recherche de tous les traitements existants. Le Dr Cohen souligne la dimension psychologique de la maladie. Il existe une interaction douleur/anxiété, mais la dépression chez le patient fibromyalgique est toujours la

conséquence de la douleur. Les prises en charge multidisciplinaires englobent l'écoute du patient, l'activité physique, les antalgiques, les antidépresseurs, les anti-épileptiques, les injections locales superficielles, la kinésithérapie, la gestion du stress, les médecines douces. L'éducation du patient fibromyalgique repose sur la dédramatisation : le fibromyalgique doit être reconnu dans sa souffrance pour l'aider à modifier ses habitudes et retrouver une qualité de vie.

> M-L. A-B.

Charley Cohen, *La Fibromyalgie, un état douloureux enfin reconnu et pris au sérieux*, Ed J. **Lyon**