

Fibromyalgie de l'adulte : démarche diagnostique en soins primaires

1

Évaluer les douleurs et leur retentissement : approche bio-psycho-sociale

- Caractéristiques : conditions et circonstances de survenue, topographie, intensité, durée, variabilité, fluctuation dans le temps, facteurs déclenchant, majorant, entretenant, soulageant les douleurs.
- Mécanismes : douleurs nociceptives, neuropathiques, nociplastiques.
- Retentissement sur la vie quotidienne, le travail, les relations interpersonnelles, l'humeur.

2

Évoquer et dépister cliniquement une fibromyalgie

Trois éléments d'orientation :

- Douleurs \geq 3 mois, diffuses, souvent variables et fluctuantes dans le temps, en intensité et en localisation, associées à d'autres symptômes.
- Examen clinique normal.
- Absence d'autres maladies ou prise de médicaments pouvant expliquer les douleurs.

Une aide au dépistage : auto-questionnaire FIRST¹

- Si FIRST positif : forte suspicion, mais jugement clinique reste prépondérant.
- Si FIRST négatif ou douteux : **poursuivre la démarche diagnostique.**

3

Rechercher d'autres maladies induisant des douleurs chroniques ET des maladies concomitantes*

- Bilan biologique minimal : CPK, CRP, NFS, TSH², transaminases.
 - Explorations complémentaires en fonction de l'examen et du jugement clinique.
- **Réitérer l'examen clinique avant d'attribuer tout nouveau symptôme à la fibromyalgie.**

* Notamment maladies rhumatismales inflammatoires ou systémiques, neuromusculaires, endocriniennes, etc.

4

Confirmer cliniquement le diagnostic de fibromyalgie et évaluer son retentissement

- Critères de l'*American College of Rheumatology* (révisés 2016).
- Qualité de vie : questionnaire auto-administré d'impact de la fibromyalgie (QIF).
- Troubles anxio-dépressifs.

→ **Orienter si besoin vers un autre médecin spécialiste pour une aide au diagnostic.**

5

Reconnaître la souffrance et annoncer le diagnostic

- Légitimer les plaintes.
- Informer, expliquer la maladie, ses mécanismes, les options de traitement et remettre un document écrit.
- Délivrer une information sur les associations de patients : partage d'expérience, soutien.

Coconstruire le projet de soins avec le patient

- Formuler des objectifs réalistes et atteignables pour améliorer l'état fonctionnel et apprendre à vivre avec la maladie, soulager les douleurs et les autres symptômes et améliorer la qualité de vie.
- Définir des critères d'évaluation partagés pour le suivi de la maladie.

1. Auto-questionnaire FIRST : Fibromyalgia Rapid Screening Tool.
2. CPK : créatine phosphokinase ; CRP : protéine C-réactive ; NFS : numération formule sanguine ; TSH : thyroïdostimuline.

