

## L'ostéopathie pour tous

En lisant le contenu du site vous pourrez vous rendre compte que l'ostéopathie s'adresse à toute personne souffrant d'une dysfonction musculo-articulaire et/ou tissulaire en général.

- Les douleurs vertébrales représentent une grande majorité des motifs de consultation
- Les patients de tout âge peuvent être traités par un ostéopathe
- Les bébés , les enfants en bas âge et les personnes âgées seront soignés avec des techniques adaptées à leur âge et morphologie.
- **Le bien-être et l'équilibre mental participent également et largement à une bonne santé.**

[www.osteopourtous.be](http://www.osteopourtous.be)



## Mon parcours

- Kinésithérapeute en 1987
- Ostéopathe D.O. en 1992
- Ostéopathe du Sport
- Nutritérapeute diplômé du Cerdan
- Administrateur UBO-SMO

### Me contacter

Téléphone : 0032475 436 547  
E-mail : [wilkin.oste@skynet.be](mailto:wilkin.oste@skynet.be)  
Web : [www.osteopourtous.be](http://www.osteopourtous.be)



envie

François Wilkin  
Ostéopathe D.O.  
Chemin des Postes 219 bte2  
1410 Waterloo  
Belgique



## Fiche santé n°32 ©

### La Fibromyalgie

- **Qu'est ce que c'est ?**
- **Causes**
- **Traitement ?**

François Wilkin  
Ostéopathe D.O.

Chemin des Postes 219

1410 Waterloo

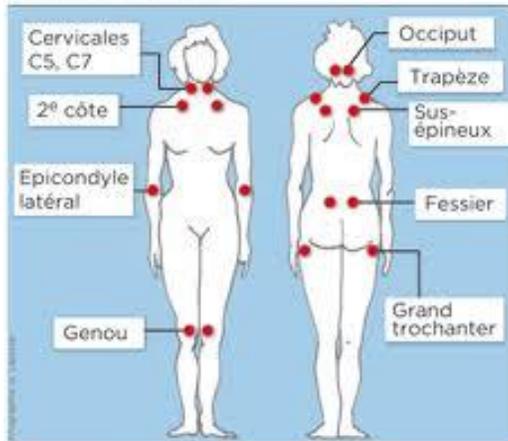
*La marche, l'exercice et la respiration*

## La Fibromyalgie

La **fibromyalgie** est un syndrome caractérisé par des **douleurs diffuses** dans tout le corps, douleurs associées à une grande fatigue et à des troubles du sommeil.

Le terme fibromyalgie vient de « fibro », pour fibrose, de « myo » qui signifie muscles et d'« algie » qui signifie douleur. Il a été critiqué par certains médecins, car il n'existe aucune fibrose des muscles à l'origine des douleurs. Le terme « syndrome polyalgique idiopathique diffus », ou SPID, a également été proposé, mais n'a pas fait l'objet d'un consensus international.

### LES 18 POINTS SENSIBLES



## Diagnostic

Ses **symptômes nombreux** et sa ressemblance ou sa cohabitation avec d'autres maladies ou syndromes (rhumatismes articulaires, maladies de système, syndrome de fatigue chronique, syndrome de l'intestin irritable, migraine, etc.) compliquent le **diagnostic** de fibromyalgie. Ainsi, en Amérique du Nord, les personnes atteintes doivent attendre en moyenne 5 ans (et une dizaine de visites médicales) avant d'obtenir le diagnostic de fibromyalgie<sup>3</sup>, même si ce temps a tendance à diminuer depuis quelques années. Avant de poser un diagnostic de fibromyalgie, les médecins demandent des examens complémentaires (en particulier prises de sang et radiographies) afin d'écartier d'autres maladies qui se soigneraient tout autrement.

Ensuite, partout dans le monde, le diagnostic de la fibromyalgie repose sur **deux critères** établis par l'American College of Rheumatology, retenus et approuvés par un comité international :

- La présence d'une **douleur diffuse** pendant plus de 3 mois. La douleur doit être présente des deux côtés du corps (gauche-droite), en haut et en bas de la ceinture, ainsi qu'à la colonne vertébrale.
- Une sensation de douleur sur au moins 11 des 18 **points caractéristiques** de la maladie (voir schéma).

Les causes du syndrome ne sont pas encore connues. Bien que la **fibromyalgie** engendre des **douleurs musculaires chroniques**, il n'y a aucune lésion visible dans les muscles pouvant expliquer les douleurs. Il s'agit d'une maladie où de **nombreux facteurs** sont probablement à l'origine des symptômes. Plusieurs hypothèses ont été avancées. Voici celles qui retiennent le plus l'attention des chercheurs.

### Épuisement de l'axe hypothalamo-hypophyséo-surrénalien ou axe du stress :

On pense qu'il pourrait y avoir eu chez les personnes prédisposées, une succession de 2 éléments très importants :

- A l'adolescence ou à l'enfance, un événement très émotionnellement éprouvant, un stress puissant par exemple un inceste.
- A l'âge adulte, sur ce terrain prédisposé, généralement entre 30 et 50 ans, à l'occasion d'un nouveau stress, la personne bascule dans le syndrome fibromyalgique.

On retrouve souvent ce type de séquences chez les personnes fibromyalgiques.

### Diminution du seuil de perception de la douleur

Les personnes atteintes de fibromyalgie ressentent davantage la douleur que les autres. En d'autres termes, leur système nerveux répond de façon anormale aux stimuli extérieurs : une légère pression suffit à déclencher un message de « douleur » chez les personnes fibromyalgiques. Cette plus grande sensibilité à la douleur serait liée au dysfonctionnement de certaines zones du cerveau et à des anomalies de la transmission des messages nerveux.