

Douleurs chroniques et fibromyalgie : de bonnes ondes pour calmer la douleur.

mardi 6 avril 2010 *Tiré de : Blog Santé de Jean Daniel Flaysakier / France 2*

Le calvaire que vivent les patients atteints de douleurs chroniques va peut-être trouver une solution partielle grâce à la confirmation de recherches menées par une équipe française qui utilise la stimulation magnétique transcranienne répétitive ou rTMS.

La prise en charge de certaines douleurs chroniques va sûrement bientôt connaître une avancée importante, grâce à un moyen non médicamenteux, non agressif et plutôt bien toléré.

Pour tenter de comprendre un tant soit peu ce qu'est une douleur chronique, il suffit d'imaginer ce qu'on peut ressentir quand on a une forte douleur dentaire qui apparaît un vendredi soir, veille d'un grand pont comme celui que nous venons de connaître à Pâques. Des jours et des jours avec une douleur lancinante, vingt-quatre heures sur vingt-quatre. Avec, certes, des moments de répit, mais jamais de sédation complète et l'obligation de vivre avec des médicaments.

Dans certaines pathologies, comme les neuropathies secondaires à un AVC ou à un diabète, ou encore les douleurs de la fibromyalgie, les douleurs deviennent l'objet de toutes les préoccupations tant elles rythment la vie quotidienne et altèrent la qualité de vie.

Des douleurs que l'entourage a souvent du mal à percevoir et à comprendre, ce qui plonge celles et ceux qui en souffrent dans des abîmes de tristesse et les conduisent à la dépression, au point que l'idée du suicide est parfois évoquée.

Il y a, bien sûr, les médicaments, les antalgiques et les antidépresseurs et anxiolytiques. Mais s'ils sont efficaces, ils ont aussi des effets secondaires parfois difficilement tolérables.

Alors les spécialistes de la douleur se tournent vers des méthodes non médicamenteuses de plus en plus souvent.

A côté des techniques de relaxation comme l'hypnose et la sophrologie, se développe une approche très prometteuse, la stimulation magnétique transcranienne.

Un appareil capable d'émettre un champ magnétique est positionné au dessus du crâne du patient, en regard des aires corticales motrices du cerveau.

Des impulsions magnétiques vont être envoyées par l'appareil et ces ondes sollicitent les neurones moteurs qui vont aller rétablir une sorte de modulation de la douleur dans les zones dédiées du système nerveux.

Il ne s'agit donc pas de stopper la douleur, mais de la rendre plus tolérable, compatible avec une qualité de vie très acceptable et avec moins de médicaments.

En 2007, une équipe de l'INSERM, qui travaille au CHU Ambroise Paré, à Boulogne Billancourt avait publié un premier travail reposant sur cette technique.

L'étude avait inclus trente personnes, 29 femmes et un homme, âgés en moyenne de 52 ans et demi, qui avaient reçu dix séances de stimulation transcranienne pour moitié d'entre eux et un placebo pour l'autre moitié.

Chaque séance durait environ 15 minutes et les patients recevaient environ 2000 impulsions magnétiques chaque jour, et ce pendant dix jours.

Plusieurs outils de mesure avaient été utilisés avec, bien évidemment, une échelle d'intensité de la douleur évaluée par les patients directement. On mesurait la douleur lors des dernières 24 heures, puis à l'inclusion dans l'étude et 15,30 et 60 jours après l'arrêt du traitement. Des outils d'évaluation de la dépression ont également été utilisés. On pourra retrouver ces données dans l'article dont je mettrai la référence en fin de cet article.

Cette première étude a montré que la douleur a été significativement réduite chez les patients ayant reçu la rTMS, avec un effet se prolongeant deux semaines après l'arrêt du traitement. Divers aspects concernant la qualité de vie étaient également améliorés. Cela incluait l'épuisement, la fatigue matinale, l'anxiété et la qualité du sommeil.

Forts de ces résultats, les chercheurs ont entrepris une deuxième étude selon un protocole quelque peu différent.

Toujours chez des patientes, 40 femmes âgées en moyenne de 53 ans souffrant de fibromyalgie, on a procédé comme suit :

Une série de séances quotidiennes pendant cinq jours, puis une séance par semaine pendant trois semaines, puis une séance tous les quinze jours à trois reprises également et une séance mensuelle trois fois de suite.

L'étude vient de s'achever et toutes les données ne sont pas encore analysées. Elles devraient l'être dans les prochaines semaines et présentées en août prochain à Montréal lors du congrès mondial sur la douleur.

Mais on sait d'ores et déjà que les premiers résultats vont dans le même sens que l'étude antérieure et que cette forme de traitement d'entretien a permis de prolonger les effets analgésiques de la méthode.

Le groupe traité a eu une diminution très significative de la douleur par rapport au groupe placebo. Concrètement cet effet bénéfique se traduit chez certains patients par un passage quotidien systématique de 7 médicaments à une prise ou deux à la demande.

Cette technique de rTMS s'avère donc une piste très intéressante et prometteuse dans la prise en charge de certains types de douleurs chroniques.

J'avais évoqué, il y a quelques jours, une variante de cette méthode dans le cadre de la prise en charge des migraines mais avec des séances basées sur des impulsions uniques et non répétitives cette fois.

Il ne s'agit pas de prêter des vertus magiques ou miraculeuses à cette méthode, mais il faut bien considérer qu'elle pourrait trouver une place légitime dans la prise en charge des douleurs chroniques, en particulier pour les personnes atteintes de fibromyalgie.

Référence de l'étude :

A.Passard et al.

Effects of unilateral transcranial magnetic stimulation of the motor cortex on chronic widespread pain in fibromyalgia.

Brain (2007), 130: 2661-2670

**[Tiré de Blog Santé de Jean Daniel Flaysakier / France 2](#)
[Avril 2010](#)**