

RESUME SELECTIONNE

Me.27

## Efficacité d'un programme de réhabilitation multidisciplinaire dans le traitement de la Fibromyalgie

Y. Pers, J. Cambiere, E. Thomas, N. Frasson, F. Ster, F. Blotman

### Introduction

La fibromyalgie est une maladie chronique caractérisée par un ensemble de troubles associant des douleurs diffuses, une fatigabilité musculaire excessive, des troubles du sommeil... Ces symptômes complexes peuvent entraîner un retentissement fonctionnel important et invalidant. Les programmes de reconditionnement semblent être efficace sur quelques composantes de cette pathologie (intensité de la douleur, qualité de vie).

### Patients et Méthodes

Nous avons évalué les patients fibromyalgiques à l'entrée et à la sortie de leur séjour de 4 semaines dans un centre de rééducation. Une prise en charge multidisciplinaire était instituée avec des soins de kinésithérapie, d'ergothérapie, des conseils diététiques ainsi qu'une prise en charge psychologique. Le programme s'est déroulé en petits groupes de 5-6 personnes pendant 4 semaines avec 4 phases : une 1<sup>ère</sup> d'information et d'assouplissement, une 2<sup>ème</sup> avec du reconditionnement, la 3<sup>ème</sup> rajoute du renforcement musculaire, et enfin la 4<sup>ème</sup> inclue de l'endurance et une mise en situation pour préparer le retour à la vie active. Les patients remplissaient tous les critères de la classification ACR pour le diagnostic de fibromyalgie. Il s'agit d'une étude prospective menée durant la période de décembre 2006 à juin 2008. Les patients inclus dans l'analyse sont essentiellement des femmes (97%), d'âge moyen (50,9 ± 10,4 ans), avec un retentissement professionnel fréquent au moment de leur participation (62% des actifs sont en arrêt maladie). Les paramètres mesurés sont : le score EVA douleur, les tests de contraction isométriques des extenseurs du rachis (Sorensen) et des abdominaux (Ito), la distance de marche pendant 12 minutes, la puissance développée au cycloergomètre, les troubles du sommeil (évalués par une EVA), le score de FIQ, le score HAD « Hospital Anxiety and Depression » et le SF-36. Nous avons utilisé pour l'analyse statistique les tests appariés de Student et Wilcoxon.

### Résultats

Sur les 36 patients ayant participé au programme sur cette période, nous avons récupéré l'ensemble des données des questionnaires pour 25 patients. Tous les patients ont complété le programme de 4 semaines. L'EVA moyenne à l'entrée était chiffrée à 69,7 contre 35,7/100 à la sortie ( $p < 0,001$ ). On constate une amélioration significative ( $p < 0,001$ ) de certains paramètres physiques : tests de Sorensen (+ 42,5 ± 59,6 sec) et d'Ito (+ 43,2 ± 41,7 sec), travail au Cycloergomètre (+ 20,6 ± 21,7 Watts). L'endurance évaluée par la distance de marche sur 12 minutes est passée de 787,7 mètres à l'entrée à 1027,6 mètres à la sortie ( $p < 0,001$ ). Nous observons également des modifications significatives ( $p < 0,001$ ) du score de FIQ évaluant le retentissement fonctionnel de la maladie, du score HAD évaluant l'état thymique des patients et du score de qualité de vie SF-36. La qualité du sommeil est améliorée ( $p < 0,001$ ).

### Conclusion

Bien que nous n'ayons pas de groupe contrôle, il est intéressant de constater que ce programme en centre bénéficie de bons résultats à court terme. La prise en charge pluridisciplinaire semble d'une grande utilité dans ce type de pathologies même si une évaluation à distance reste nécessaire.

### Mots-clefs :

fibromyalgie  
reconditionnement