

2022



LA FIBROMYALGIE

PRÉPARÉ PAR

OCÉANE DRUENNE

Première année de BUT Informatique
IUT Robert Schuman - Illkirch Graffenstaden

TABLE DES MATIÈRES

Qu'est ce que la fibromyalgie?.....	3
<i>Étymologie, définition</i>	3
<i>Incidence, prévalence</i>	4
Les origines de la fibromyalgie.....	5
<i>Origines auto-immunes</i>	5
<i>Origines neurologiques</i>	5
<i>Origines externes</i>	5
Le diagnostic de la fibromyalgie.....	6
<i>Diagnostic référentiel</i>	6
<i>Critères de diagnostic</i>	6
<i>Examens médicaux possibles</i>	7
Les symptômes de la fibromyalgie.....	8
<i>Symptômes physiques</i>	8
<i>Symptômes psychiques</i>	9
Comment traiter la fibromyalgie ?.....	9
<i>Traitements médicamenteux</i>	9
<i>Traitements non médicamenteux</i>	10
Reconnaissance de la fibromyalgie.....	11
<i>Prise en charge</i>	11
Glossaire.....	12
Index.....	15
Table des illustrations.....	18
Sources.....	19
Aller plus loin.....	20
Remerciements.....	21

QU'EST CE QUE LA FIBROMYALGIE ?

Étymologie

Le mot fibromyalgie est découpé en 3 parties:

- FIBRO : qui provient du latin "fibra", fibre en français. Ici, le mot fibre fait références aux fibres musculaires, qui sont les cellules constituant le tissu musculaire.
- MY : qui provient du latin "myos", et qui signifie muscle en français.
- ALGIE: qui provient du latin "algos", et qui signifie douleur en français.

Définition

Par conséquent, la fibromyalgie est un syndrome regroupant de multiples douleurs dans le corps, une sensibilité aux changements de température, au toucher et a la pression. Elle inclue également des troubles fonctionnels, comme des troubles gastro-intestinaux, des troubles du sommeil, de la concentration, ainsi que des troubles psychosomatiques.

INCIDENCE ET PRÉVALENCE

En 2020, 1,6% de la population française (qui était de 67 390 000 habitants), ont été diagnostiqués fibromyalgiques. Cela représente exactement 1 078 240 personnes.

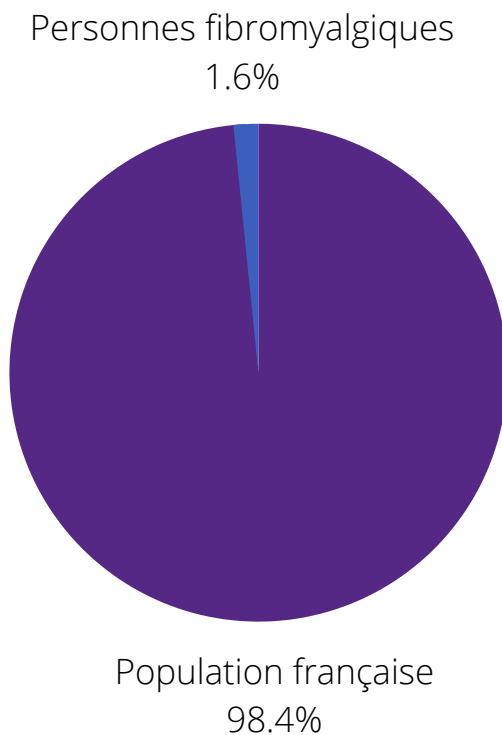


Figure A - Graphique en secteurs
(France, 2020)

Parmi les personnes atteintes de fibromyalgie, 90% sont des femmes.

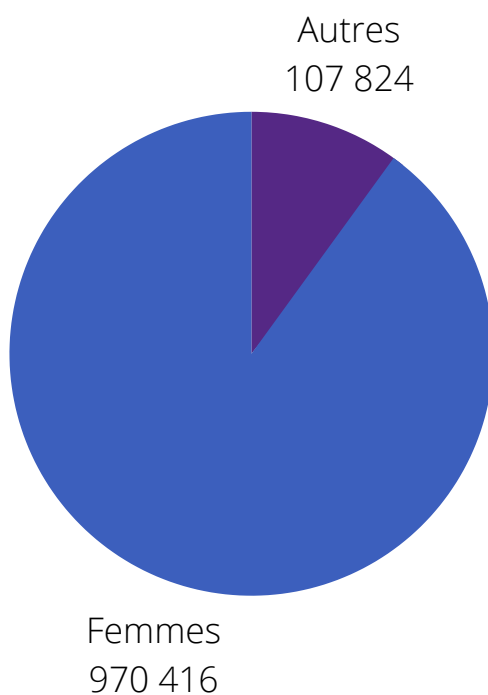


Figure B - Graphique en secteurs
(France, 2020)

Malheureusement, par manque de diagnostic, de dépistage et de connaissances de cette maladie, il est difficile de mesurer la prévalence de la fibromyalgie.

LES ORIGINES DE LA FIBROMYALGIE

Les origines de la fibromyalgie sont encore très mal connues. Cependant, des hypothèses ont été mises en place mais ne sont pas vérifiées à 100% pour le moment.

Pour des raisons de clarté et de simplicité, il est préférable de les diviser en 3 catégories.

Origines auto-immunes

La fibromyalgie pourrait être une maladie auto-immune. En effet, il a été démontré lors d'une recherche, que la fibromyalgie pourrait venir d'un taux trop élevé d'anticorps qui provoquerait une sensibilité accrue des muscles.

Origines neurologiques

Une autre hypothèse montrerait que la fibromyalgie est d'origine neurologique. Chez la plupart des personnes fibromyalgiques, la tolérance à la douleur est moins élevée que chez les personnes non fibromyalgiques. Cela serait dû à un manque de sécrétion d'endorphine dans le cerveau.

Origines autres

Enfin, la fibromyalgie pourrait être une extériorisation, une réponse, un mécanisme de défense face à un traumatisme vécu par la personne. En effet, la fibromyalgie est plus présente chez les personnes ayant subi un stress émotionnel sévère, notamment chez les personnes ayant subi des violences sexuelles durant leur enfance.

LE DIAGNOSTIC DE LA FIBROMYALGIE

Il est encore compliqué aujourd'hui de dépister la fibromyalgie. En effet, celle-ci ne cause pas de dommages "visibles" sur le corps. Il est donc important dans ce cas là d'effectuer un diagnostic référentiel.

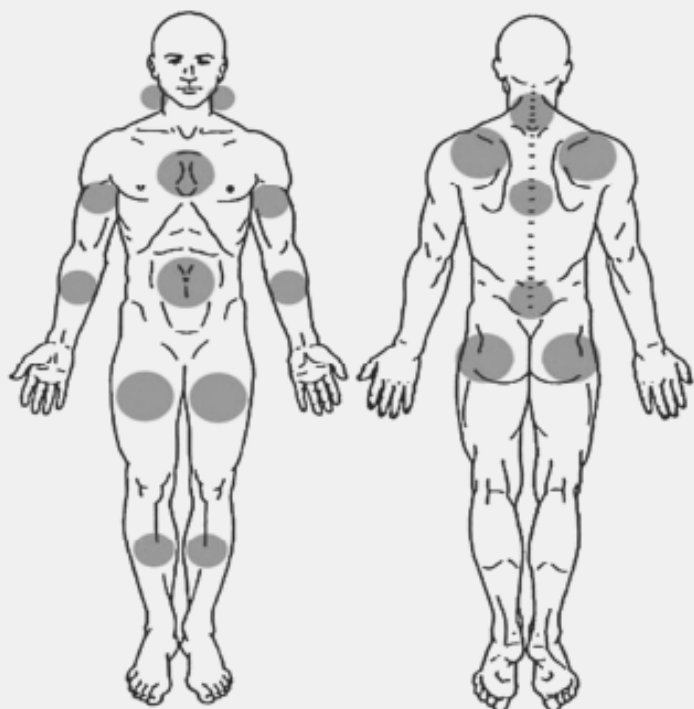
Diagnostic référentiel

Le but du diagnostic référentiel est d'éliminer au fur et à mesure des examens médicaux des maladies qui seraient susceptibles de provoquer les symptômes dont le patient souffre. On s'assure que le patient n'a pas de maladie rhumatologique (polyarthrite rhumatoïde, polyarthrite ankylosante, ou autres troubles musculo-squelettiques).

Critères de diagnostic

Un patient correspond aux critères de diagnostic s'il respecte les critères suivants :

- Présence de symptômes douloureux depuis au moins 3 mois sur des zones douloureuses illustrées ci-dessous :



- Nuque
- Ceinture scapulaire droite et gauche
- Haut et bas du dos
- Thorax
- Abdomen
- Art temporo-mandibulaires droit et gauche
- Bras droit et gauche
- Avant-bras droit et gauche
- Hanches droite et gauche (fesses, trochanter)
- Cuisses droit et gauche
- Jambes droit et gauche

- Mesure de l'intensité de symptômes tels que la fatigue, les troubles du sommeil, les troubles cognitifs ainsi que les troubles psychosomatiques.
- Vérifier que les douleurs ne sont pas liées à des maladies chroniques ostéo-articulaires.

Examens médicaux possibles

Toujours dans le but d'éliminer des pathologies qui pourraient causer des douleurs similaires à celle de la fibromyalgie, il est possible de réaliser plusieurs examens médicaux spécifiques tels que :

- Une prise de sang, afin de vérifier qu'il n'y ait pas de syndrome inflammatoire.
- Des examens d'imagerie médicale (radiographie, IRM..) afin de vérifier qu'il n'existe pas de lésions articulaires ou osseuses.

LES SYMPTÔMES DE LA FIBROMYALGIE

La fibromyalgie étant un syndrome et non une maladie à proprement parlé, il existe par conséquent de nombreux symptômes, qui sont divisés en deux catégories: les symptômes physiques (qui vont se rapporter au corps), et les symptômes psychiques (qui se rapportent à la souffrance mentale de l'individu).

Les symptômes physiques

Les symptômes physiques sont très variés et sont propres à chaque personne atteinte de fibromyalgie. Cependant, beaucoup de fibromyalgiques ont des symptômes en communs :

- Douleurs chroniques articulaires, généralement situées dans les zones douloureuses énoncées ci-dessus.
- Fatigue très prononcée chez les muscles, la personne a peu d'énergie.
- Troubles digestifs : ballonnements, syndrome du côlon irritable, douleurs abdominales.
- Troubles neurologiques : migraines avec aura, céphalées de tension, vertiges, malaise vagal.
- Troubles respiratoires : essoufflement, douleurs thoraciques, tachypnée, dyspnée.
- Troubles des sens : Vision floue, misophonie, photophobie, acouphènes.

Ainsi que des troubles urinaires et des mictions douloureuses.

Les symptômes psychiques

- Troubles de la mémoire.
- Troubles de la concentration, TDAH.
- Difficultés de l'apprentissage ou d'expression.
- Troubles psychologiques: TAG, TOC, dépression, anxiété, troubles de la personnalité, crises de panique.

COMMENT TRAITER LA FIBROMYALGIE ?

Actuellement, il n'existe pas de médicaments pour soigner la fibromyalgie. Les traitements servent à traiter les symptômes de la fibromyalgie afin d'améliorer la qualité de vie du patient.

Les traitements médicamenteux

Différentes catégories de médicaments seront utilisés pour traiter les symptômes de la fibromyalgie :

- Les antidépresseurs : ils vont permettre d'augmenter la tolérance à la douleur, notamment en aidant le cerveau à sécréter de l'endorphine ainsi que de la dopamine, et vont aider le patient à se sentir mieux moralement.
- Les analgésiques et antiépileptiques qui vont aider le patient à ne plus ressentir de douleurs articulaires.
- Les anxiolytiques qui vont agir sur l'anxiété du patient afin qu'il se sente plus détendu et moins anxieux.
- Les somnifères qui permettent de s'endormir plus rapidement et d'avoir un sommeil plus profond. La mélatonine peut également aider.

Il faut noter que les AINS sont à proscrire chez les personnes atteintes de

fibromyalgie. En effet, ils peuvent aggraver les troubles gastro-intestinaux que le patient peut avoir et peut également endommager le foie.

Les traitements non-médicamenteux

Ceux-ci vont permettre aux personnes fibromyalgiques d'avoir une meilleure qualité de vie au quotidien. Ces traitements peuvent évidemment se combiner avec les traitements médicamenteux. On peut y retrouver :

- Les mesures hygiéno-diététiques :

1) Avoir un régime alimentaire équilibré (ne pas manger trop gras, trop sucré, trop salé, éviter de grignoter pendant les repas, manger de façon variée..)

2) Avoir un bon rythme de sommeil, limiter l'utilisation des écrans avant le coucher.

3) Limiter sa consommation d'alcool, éviter les boissons énergisantes (café, thé, "RedBull" et autres..)

4) Arrêter de fumer, ou essayer de limiter ou de diminuer sa consommation de tabac.

5) Faciliter le transit intestinal en buvant 1,5L à 2L d'eau par jour. Consommer des fibres régulièrement, ne pas se retenir lorsqu'on a envie d'aller aux toilettes.

- La kinésithérapie : Soulager les douleurs du patient par les mouvements, la rééducation ainsi que la musculation des articulations douloureuses.

- La psychothérapie : TCC, TCD, psychanalyse, EMDR. Ces thérapies ont pour but d'aider le patient à aller mieux moralement.

L'ostéopathie et la naturopathie peuvent également aider les personnes fibromyalgiques. Cependant, celles-ci sont considérées comme des pseudoscience et ne sont pas reconnues par les autorités de santé.

RECONNAISSANCE DE LA FIBROMYALGIE

La fibromyalgie a été reconnue comme maladie rhumatismale en 1982. Elle a été reconnue comme maladie à part entière dans le CIM depuis 2006. Elle n'est pas reconnue par l'EMA mais est reconnue en France depuis 2007 par l'Académie Nationale de la Santé et en 2010 par la HAS.



Figure C - Ruban violet
(Monde, 1992)

Ayant été découverte "récemment", cette maladie fait encore débat et est méconnue par le grand public. Par conséquent, sa reconnaissance et sa prise en charge sont encore compliquées pour les personnes atteintes de fibromyalgie.

Prise en charge

Une prise en charge par une équipe multidisciplinaire est importante pour traiter efficacement les symptômes de la fibromyalgie. La plupart des personnes fibromyalgiques sont suivies par des médecins spécialisés, tels que des rhumatologues, gastro-entérologues, psychiatres, neurologues, algologue. Cependant, les consultations chez ces médecins spécialisés ont un coût plus important que des médecins généralistes.

Les personnes atteintes de fibromyalgie peuvent faire appel à la CPAM qui propose de bénéficier d'une ALD. L'ALD donne lieu à un remboursement intégral des frais de santé après la mise en place d'un protocole thérapeutique. Cependant, la fibromyalgie n'est pas dans la liste des 30 ALD reconnues par la CPAM. Par conséquent, il est plus difficile d'accéder à une ALD non reconnue (dite non exonérante).

Il est possible d'effectuer un dossier à la MDPH afin de se faire reconnaître comme personne ayant un handicap. La MDPH permet d'acquérir la Reconnaissance de la Qualité de Travailleur Handicapé. Elle permet également de bénéficier de l'AAH (Allocation aux Adultes Handicapés qui est une aide financière), bien que cela soit très rare pour les personnes atteintes de fibromyalgie, dû au manque de reconnaissance.

GLOSSAIRE

AINS (Anti-Inflammatoire Non Stéroïdien) : Médicament qui permet de réduire la douleur, la fièvre ainsi que l'inflammation.

ALD (Affection de Longue Durée) : Maladie désignée comme de longue durée, permettant au patient de bénéficier d'un remboursement intégral des soins nécessaires de la part de l'Assurance Maladie.

Algologue : Médecin spécialisé dans le traitement de la douleur.

Analgésique (aussi appelé antalgique) : Médicament permettant de soulager la douleur.

Anticorps : Protéine qui permet au corps de détecter et de neutraliser les éléments néfastes extérieur au corps humain.

Antidépresseur : Médicament qui permet de traiter la dépression et d'améliorer l'humeur du patient.

Antiépileptique : Médicament qui permet de traiter l'épilepsie.

Auto-immune : Dans le cas d'une maladie auto-immune, les anticorps vont s'attaquer aux composants naturels du corps humain.

Ceinture scapulaire : Ensemble osseux qui regroupe l'omoplate et la clavicule.

CPAM (Caisse Primaire de l'Assurance Maladie) : Organisme, service public lié à la santé de la population française.

Céphalée de tension : Plus couramment appelé mal de tête, c'est une douleur située au niveau de la tête (front, tempes, yeux), ou au niveau de la nuque.

Dyspnée (dys : mal & pnée : respirer) : Difficulté à respirer de façon normale.

EMA (European Medicines Agency) : Agence Européenne des Médicaments, organisme qui permet de contrôler et d'évaluer les médicaments circulant dans l'Union Européenne.

EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) : Thérapie de désensibilisation et retraitement par les mouvements oculaires, qui permet de contrôler ses émotions et de ne plus subir des traumatismes vécus.

Endorphine : Hormone produite par le cerveau lors d'une situation de stress afin d'apaiser le patient physiquement et psychologiquement.

Fibromyalgie : Syndrome chronique caractérisé par des douleurs chroniques dans tout le corps.

Gastro-entérologue : Médecin spécialisé dans le système digestif (estomac, intestin grêle, colôn, anus).

HAS (Haute Autorité de Santé) : Autorité publique française qui vise à développer la qualité de vie sanitaire de la population française.

Incidence : Taux qui correspond au nombre de nouveaux cas d'une maladie sur une période donnée T.

$$\text{Taux d'incidence} = \frac{\text{Nbre de nouveaux cas de la maladie}}{\text{population à risque}}$$

IRM (Imagerie par Résonance Magnétique) : Technique d'imagerie médicale reposant sur le principe de résonance d'ondes des atomes du corps humain afin de construire une image en trois dimensions.

Kinésithérapie (kinési : traitement & thérapie : traitement) : Traitement basé sur l'utilisation des mouvements du corps humain.

Lésion : Altération d'un élément du corps humain (cellule, organe, tissu..)

Maladie rhumatologique : Maladie touchant les appareils locomoteurs (les os, les articulations, les muscles, les tendons ainsi que les ligaments).

Maladie chronique art temporo-mandibulaire : Maladie touchant l'os temporal, c'est-à-dire la mâchoire inférieure du crâne.

Malaise vagal : Perte de connaissance dû à une chute de tension soudaine.

MDPH (Maison Départementale pour les Personnes Handicapées) : Organisme qui permet de bénéficier d'aides et de conseils après dépôt et acceptation d'un dossier prouvant que la personne subit un handicap qui altère à sa qualité de vie.

Miction : Action d'uriner.

Migraine avec aura : Correspond à des douleurs similaires d'une céphalée de tension. La migraine avec aura s'ajoute de troubles visuels (brouillard par exemple).

Misophonie : Aversion à des bruits spécifiques.

Naturopathie : Pseudo-science qui est un ensemble de pratiques visant à aider l'organisme à guérir de lui-même, en apportant au corps des micro-nutriments naturels.

Neurologie : Discipline médicale spécialisée dans les maladies du système nerveux (cerveau, nerfs).

Neurologue : Médecin spécialisé dans la neurologie.

Ostéo-articulaire : Zone du corps constituée d'un os et d'une articulation.

Ostéopathie : Médecine non conventionnelle reposant sur la manipulation du système musculaire.

Photophobie : Hypersensibilité à la lumière.

Polyarthrite ankylosante : Inflammation chronique des articulations, venant par poussées douloureuses. Des poussées peuvent également se faire dans le rachis (colonne vertébrale).

Polyarthrite rhumatoïde : Maladie auto-immune provoquant des inflammations des articulations, sans toucher la colonne vertébrale.

Prévalence : Nombre de cas total d'une maladie à un moment donné T.

Psychothérapie : Traitement par la psychologie, permettant d'améliorer l'humeur et le moral du patient.

Radiographie : Technique d'imagerie médicale reposant sur l'utilisation des rayons X.

Rhumatologue : Médecin spécialisé dans les maladies des os, des articulations, des muscles et des tendons.

RQTH (Reconnaissance de la Qualité de Travailleur Handicapé) : Permet de bénéficier d'aide à la recherche d'un emploi et à l'insertion professionnelle d'un individu bénéficiant de la RQTH.

SCI (Syndrome du Côlon Irritable) : Trouble du fonctionnement de l'intestin.

Somnifère : Médicament qui facilite le sommeil.

Syndrome : Ensemble de symptômes.

Tachypnée (tachy : rapide & pnée : respiration) : Augmentation de la fréquence respiratoire.

TAG (Trouble Anxieux Généralisé) : Sentiment d'insécurité persistant et quotidien.

TCC (Thérapie Cognitivo-Comportementale) : Thérapie qui vise à remplacer les pensées négatives par des pensées positives.

TCD (Thérapie Comportementale-Dialective) : Thérapie qui vise à réguler efficacement les émotions que le patient peut ressentir.

TDAH (Trouble Déficitaire de l'Attention avec ou sans Hyperactivité) : Trouble de développement du cerveau qui engendre des problèmes de concentration, d'agitation et d'impulsivité.

TOC (Trouble Obsessionnel Compulsif) : Trouble se caractérisant de pensées dérangeantes, incontrôlées et répétitives qui vont causer de l'anxiété à la personne.

Trouble musculo-squelettique : Trouble touchant les muscles et les os.

Trouble cognitif : Ensemble de symptômes incluant des troubles de la mémoire, de la perception, de pensées et de concentration.

Trouble fonctionnel : Trouble provoquant un dysfonctionnement dans l'organisme.

Trouble gastro-intestinal : Trouble provoquant des dysfonctionnements dans l'appareil gastro-intestinal.

Trouble psychosomatique : Trouble provoqué par le stress, l'anxiété éprouvée par l'individu.

INDEX

A

AINS.....9,12
ALD.....11,12
Algologue.....11,12
Analgésique.....9,12
Anticorps.....5,12
Antidépresseur.....9,12
Antiépileptique.....9,12
Auto-immune.....5,12

C

Ceinture scapulaire.....6,12
CPAM.....11,12
Céphalée de tension.....8,12,13

D

Dyspnée.....8,12

E

EMA.....11,12
EMDR.....10,12
Endorphine.....5,9,12

F

Fibromyalgie.....1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12

G

Gastro entérologue.....11,13

H

HAS.....11,13

I

Incidence.....2,4,13

IRM.....7,13

K

Kinésithérapie.....10,13

L

Lésion.....7,13

M

Maladie rhumatologique.....6,13

Maladie art temporo-mandibulaire.....6,13

Malaise vagal.....8,13

MDPH.....11,13

Miction.....8,13

Migraine avec aura.....8,13

Misophonie.....8,13

N

Naturopathie.....10,13

Neurologique.....5,8,13

Neurologue.....11,13

O

Ostéo-articulaire.....7,13

Ostéopathie.....10,13

P

Photophobie.....8,13

Polyarthrite ankylosante.....6,14

Polyarthrite rhumatoïde.....6,14

Prévalence.....2,4,14

Psychothérapie.....10,14

R

Radiographie.....7,14
Rhumatologue.....11,14
RQTH.....11,14

S

Syndrome du côlon irritable.....8,14
Somnifère.....9,14
Syndrome.....7,8,12,14

T

Tachypnée.....8,14
TAG.....9,14
TCC.....10,14
TCD.....10,14
TDAH.....9,14
TOC.....9,14
Trouble musculo-squelettique.....6,14
Trouble cognitif.....7,14
Trouble fonctionnel.....3,14
Trouble gastro intestinal.....3,10,14
Trouble psychosomatique.....3,7,14

TABLE DES ILLUSTRATIONS

Figure A - Graphique en secteurs (France, 2020).....	4
Figure B - Graphique en secteurs (France, 2020).....	4
Figure C - Ruban violet (Monde, 1992).....	11

SOURCES

ameli.fr (2021), Fibromyalgie, (consulté le 23 Février 2022), sur <https://www.ameli.fr/bas-rhin/assure/sante/themes/fibromyalgie>

ameli.fr, Les affections de longue durée (ALD), (consulté le 18 Février 2022), sur <https://www.ameli.fr/bas-rhin/assure/droits-demarches/maladie-accident-hospitalisation/affection-longue-duree-ald>

Assistance Publique - Hôpitaux de Paris, Mesures hygiéno-diététiques, (consulté le 23 Février 2022), sur <http://hopitaux-paris-sud.aphp.fr/avcparissud/mesures-hygieno-dietetiques/>

Dr Charlotte Kraemer, Psychiatre, Ancienne Cheffe de Clinique, Strasbourg

Dr Jean Wach, Rhumatologue, Ancien Chef de Clinique des Universités Assistant des Hôpitaux, Strasbourg

Dr Mihaela Diaconu-Ravelojaona, Neurologue, Ancienne Cheffe de Clinique des Universités Assistante des Hôpitaux, Schiltigheim

Dr Yaniv Berdugo, Gastro-Entérologue, Ancien Chef de Clinique des Universités Assistant des Hôpitaux, Strasbourg

fibromyalgie-france.org, (consulté le 24 Février 2022), sur <https://www.fibromyalgie-france.org/>

fibromyalgiesos.fr, Prise en charge administrative de la fibromyalgie, (consulté le 23 Février 2022), sur <https://fibromyalgiesos.fr/prise-en-charge/administrative/>

HAS (2010), Syndrome fibromyalgique de l'adulte, (consulté le 24 Février 2022), sur https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2010-10/syndrome_fibromyalgique_de_ladulte_-_rapport_dorientation.pdf

Heather Rosenstiel, Psychologue Clinicienne, Strasbourg.

inserm.fr (2020), Fibromyalgie, (consulté le 23 Février 2022), sur <https://www.inserm.fr/expertise-collective/fibromyalgie/>

Jocelyne Lemieux (2019), L'Info-fibro estrien : Fibromyalgie : Nouveaux critères diagnostiques (consulté le 24 Février 2022), sur <https://fibromyalgie.ca/wp-content/uploads/2020/06/Fibromyalgie-nouveaux-crit%C3%A8res-diagnostiques.pdf>

Marie Weiss, Hypnothérapeute, Strasbourg

Pascal Raucourt, ancien Médecin Généraliste et Médecin du Sport, Strasbourg

Pierre-Yves Ponsin, Kinésithérapeute, Ostwald

sante-lefigaro.fr, Fibromyalgie, (consulté le 23 Février 2022), sur <https://sante.lefigaro.fr/sante/maladie/fibromyalgie/ce-quit-faut-savoir>

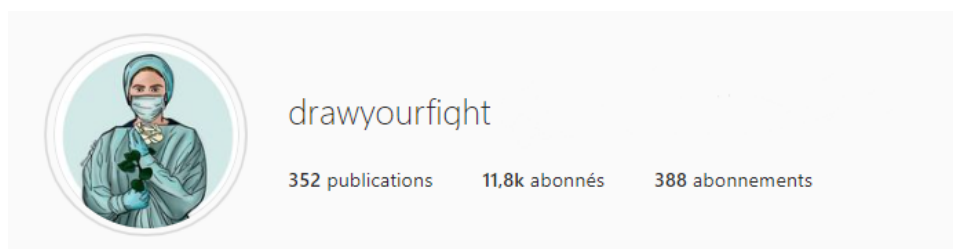
Société Française de Rhumatologie, Questionnaire FIRST : questionnaire de dépistage de la fibromyalgie, (consulté le 24 Février 2022), sur <https://public.larhumatologie.fr/files/files/Fibromyalgie/fichePratique-Fibromyalgie-QuestionnaireFirst.pdf>

solidarités-santé.gouv.fr (2021), La Fibromyalgie, (consulté le 23 Février 2022), sur <https://solidarites-sante.gouv.fr/soins-et-maladies/prises-en-charge-specialisees/douleur/article/la-fibromyalgie>

vidal.fr (2021), Fibromyalgie, (consulté le 23 Février 2022), sur <https://www.vidal.fr/maladies/douleurs-fievres/fibromyalgie.html>

ALLER PLUS LOIN

Pages instagram à suivre :



Étude :

Résultats d'une étude réalisée par Océane Druenne, sur un échantillon de 250 personnes, du 24 Février 2022 au 26 Février 2022 :

(Si vous n'arrivez pas à scanner le QR Code, voici le lien du site : <https://oceanedruenne.github.io/etudeFibromyalgie/>)

REMERCIEMENTS

J'aimerais remercier l'ensemble des personnes qui ont contribué à mon rapport.

Dans un premier temps, j'aimerais remercier mon professeur de Communication, Monsieur Marc Trestini, pour ses conseils.

J'aimerais également remercier toutes les personnes qui ont contribué à l'écriture de mon rapport :

- le Dr Jean Wach, rhumatologue, qui me suit depuis fin 2020.
- le Dr Yaniv Berdugo, gastro-entérologue, qui me suit depuis début 2021 et qui a posé un réel diagnostic sur mon syndrome du côlon irritable
- la Dre Charlotte Kraemer, psychiatre spécialisée dans le TDAH, qui me suit depuis début 2022 et qui est bienveillante à mon égard.
- M. Pierre-Yves Ponsin, kinésithérapeute, qui m'a donné beaucoup d'informations sur les douleurs musculaires et sur la rééducation.

J'aimerais également remercier mon copain qui me soutient au quotidien, qui m'encourage à combattre la fibromyalgie ainsi que toutes les comorbidités que je subis.

Ludivine, de lavieenfibromyalgie, d'avoir partagé mon questionnaire à ses abonnés.

Danaé, qui a également partagé mon questionnaire en story, et qui m'a permis d'avoir les dernières réponses manquantes à mon questionnaire.

Ainsi que les 250 personnes ayant répondu à mon questionnaire.