

# Maladies chroniques complexes

Dernière mise à jour : **Mars 2024**

De nombreux Canadiens sont touchés par des maladies chroniques complexes (MCC). Les MCC sont des maladies qui s'échelonnent sur une longue période, qui nécessitent un traitement et une prise en charge et qui, souvent, ne s'améliorent pas d'elles-mêmes. Certaines d'entre elles se nomment « syndromes ». On parle de syndrome lorsqu'un groupe particulier de symptômes est à l'origine d'une maladie et d'une perte de fonction. La fibromyalgie (FM) et l'encéphalomyélite myalgique (EM), également appelée syndrome de fatigue chronique (SFC), sont deux problèmes de santé connus sous le nom de syndromes. On ne peut confirmer le diagnostic de ces deux syndromes à l'aide d'analyses sanguines ou de laboratoire.

## Fibromyalgie

L'American College of Rheumatology (Collège américain de rhumatologie) a reconnu la FM comme un véritable syndrome en 1990. La FM peut toucher aussi bien les hommes que les femmes, mais ces dernières sont plus souvent touchées. On ne connaît pas les causes de ce problème de santé. Un diagnostic précoce peut contribuer à éviter d'autres complications et à mieux gérer les symptômes.

Une douleur qui se ressent dans toutes les parties du corps et qui perdure au moins trois mois constitue le principal symptôme de la FM. Avec le temps, la douleur devient plus constante et peut toucher un plus grand nombre de zones du corps. La localisation et l'intensité de la douleur peuvent également varier de jour en jour. On compte parmi ses symptômes :

- De la fatigue
- Des troubles du sommeil
- Des problèmes de mémoire ou une incapacité à réfléchir avec clarté
- Des troubles de l'humeur, comme la dépression

Les symptômes et leur gravité varient d'une personne à l'autre. Si vous souffrez de FM, vous pouvez également souffrir d'autres problèmes de santé, comme le syndrome du côlon irritable, des migraines, etc. Pour obtenir de plus amples renseignements, consultez :

- [BC Women's Hospital + Health Centre: Fibromyalgia](#) [en anglais seulement]
- [Société de l'arthrite du Canada : Fibromyalgie](#)
- [Lignes directrices canadiennes pour le diagnostic et la prise en charge du syndrome de fibromyalgie](#)

## Encéphalomyélite myalgique

On reconnaît désormais l'EM, également appelée SFC, comme une maladie. L'EM ou le SFC n'a pas de cause unique. Elle survient généralement après une infection, typiquement d'origine virale. On poursuit de nombreux travaux de recherche pour mieux connaître cette maladie. À ce stade, on fonde le diagnostic sur la description de vos symptômes à votre fournisseur de soins de santé et sur

l'élimination d'autres problèmes de santé pouvant être à l'origine de ces symptômes. Pour poser un diagnostic d'EM ou de SFC, les symptômes doivent être présents depuis au moins six mois chez l'adulte et trois mois chez l'enfant.

Une fatigue suivant la pratique d'une activité physique ou une fatigue importante au point d'être invalidante constitue le principal symptôme de la maladie. La fatigue peut être grave au point d'interrompre les activités quotidiennes et les relations avec les autres. Parmi les autres symptômes, on compte :

- Un malaise (une sensation de malaise général)
- Des symptômes grippaux
- Des troubles du sommeil
- De la douleur
- Des troubles de la mémoire ou d'autres troubles cognitifs
- De l'hypersensibilité ou des intolérances chimiques
- Un fonctionnement anormal du corps

Les symptômes et leur gravité varient d'une personne à l'autre. Certaines personnes peuvent se remettre entièrement de l'EM ou du SFC, tandis que d'autres n'y parviennent pas. Pour obtenir de plus amples renseignements, consultez:

- [BC Women's Hospital + Health Centre: Myalgic Encephalomyelitis/Chronic Fatigue Syndrome \(ME/CFS\)](#) [en anglais seulement]
- [Santé Canada : Une conversation sur l'encéphalomyélite myalgique avec la Dre Nina Muirhead](#)

### **Prise en charge des symptômes**

Étant donné que la FM et l'EM ou le SFC présentent des symptômes comparables, la prise en charge thérapeutique est également similaire. L'objectif du traitement est de soulager les symptômes, comme la douleur et la fatigue, ainsi que d'autres problèmes de santé, comme la dépression, qui peuvent se manifester à la suite de ces syndromes. Pour obtenir de plus amples renseignements et pour trouver des services et des ressources pour vous soutenir, visitez le site [BC Women's Hospital + Health Centre — Complex Chronic Diseases Program \(CCDP\)](#) [en anglais seulement].

### **Maladie de Lyme chronique**

Les piqûres de tiques peuvent provoquer de nombreuses maladies chez les êtres humains. On connaît surtout la maladie de Lyme.

Les tiques de nombreuses régions de la Colombie-Britannique sont porteuses de *Borrelia burgdorferi*, la bactérie responsable de la maladie de Lyme. On a répertorié des dizaines de cas de maladie de Lyme au cours des 15 dernières années. Parmi les personnes atteintes, plusieurs n'ont pas voyagé à l'extérieur de la province et ont probablement contracté la maladie en Colombie-Britannique.

Les tiques ne sont pas toutes porteuses de la bactérie causant la maladie de Lyme et le risque de transmission est minime. Toutefois, en raison de la gravité de cette maladie, il convient de prendre des mesures pour éviter les piqûres.

Certaines personnes ayant souffert d'une forme aiguë de la maladie de Lyme peuvent ensuite présenter des symptômes chroniques, notamment de la fatigue, des symptômes cognitifs comme un

« brouillard cérébral », des troubles du sommeil et d'autres symptômes inexpliqués. Pour obtenir de plus amples renseignements, consultez :

- [BC Women's Hospital + Health Centre - Symptoms Attributed to Chronic Lyme Disease](#) [en anglais seulement]
- [BC Centre for Disease Control: Lyme Disease \(\*Borrelia burgdorferi\* infection\)](#) [en anglais seulement]
- [Santé Canada : Maladie de Lyme](#)

---

Pour les autres sujets traités dans les fiches HealthLinkBC, visitez [www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files](http://www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files) ou votre service de santé publique local. Pour les demandes de renseignements et de conseils sur la santé en C.-B. qui ne constituent pas une urgence, visitez [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca) ou composez le **8-1-1** (sans frais). Les personnes sourdes et malentendantes peuvent obtenir de l'aide en composant le **7-1-1**. Des services de traduction sont disponibles sur demande dans plus de 130 langues.