

Maladies chroniques complexes

Plusieurs Canadiens souffrent de maladies chroniques complexes (MCC). Les MCC sont des maladies qui perdurent, nécessitent un traitement et une gestion, et qui ne s'améliorent souvent pas seules. Certaines MCC sont appelées « syndromes ». Un syndrome, c'est lorsqu'un groupe distinct de symptômes cause une maladie ou une perte de fonction. La fibromyalgie (FM) et l'encéphalomyélite myalgique (EM), aussi appelée Syndrome de fatigue chronique (SFC), sont 2 conditions reconnues comme des syndromes. Ces deux syndromes ne disposent pas de tests de sang ou de laboratoire pour confirmer le diagnostic.

Fibromyalgie

La fibromyalgie (FM) a été reconnue par l'American College of Rheumatology comme un syndrome véritable en 1990. La FM peut toucher les hommes et les femmes, mais les femmes sont plus souvent affectées. Il n'y a pas de cause connue pour cette condition. Un diagnostic précoce peut vous aider à éviter d'autres complications et mieux gérer vos symptômes.

Le symptôme principal de la FM est la douleur ressentie dans tout votre corps qui dure depuis au moins 3 mois. Au fil du temps, la douleur devient plus constante et peut affecter d'autres parties de votre corps. La localisation de la douleur et son intensité peuvent aussi commencer à varier. D'autres symptômes de la FM peuvent inclure :

- Fatigue (épouement)
- Difficulté à dormir
- Problèmes de mémoire ou incapacité à penser clairement
- Troubles de l'humeur comme la dépression

Les symptômes et la sévérité des symptômes varieront selon les personnes. Si vous avez la FM, vous pouvez aussi souffrir d'autres conditions médicales comme le syndrome du côlon irritable (SCI), les migraines et plus encore. Pour de plus amples renseignements, visitez :

- [BC Women's Hospital + Health Centre: Fibromyalgia](#)
- [Société de l'arthrite - Fibromyalgie](#)
- [Canadian Guidelines for the Diagnosis and Management of Fibromyalgia Syndrome in Adults](#)

Encéphalomyélite myalgique

L'encéphalomyélite myalgique (EM), aussi appelée Syndrome de fatigue chronique (SFC), est maintenant reconnue comme une condition médicale. La EM/le SFC n'a pas de cause unique. Elle se produit habituellement à la suite d'une infection virale. D'autres recherches doivent être menées pour connaître cette condition. Présentement, le diagnostic est basé sur les symptômes que vous décrivez à votre fournisseur de soins de santé, et en éliminant d'autres conditions qui pourraient causer ces symptômes. Pour être diagnostiqué avec la EM/le SFC, les symptômes doivent être présents depuis au moins 6 mois chez les adultes et 3 mois chez les enfants.

Le symptôme principal de la EM/du SFC est la fatigue (épouement) après une activité physique (après effort), ou une fatigue invalidante. La fatigue peut être assez sévère pour interrompre les activités et les relations avec les autres. D'autres symptômes peuvent inclure :

- Malaise (se sentir mal en général)

- Symptômes grippaux
- Difficulté à dormir
- Douleur
- Problèmes de mémoire ou autres problèmes cognitifs
- Sensibilité ou intolérances chimiques
- Fonctions anormales de votre corps

Les symptômes et la sévérité des symptômes varieront d'une personne à l'autre. Certaines personnes peuvent guérir complètement de la EM/du SFC, alors que d'autres non. Pour de plus amples renseignements, visitez :

- [BC Women's Hospital + Health Centre: Myalgic Encephalomyelitis/Chronic Fatigue Syndrome.](#)
- [Santé Canada : Syndrome de fatigue chronique \(Encéphalomyélite myalgique\)](#)

Gestion des symptômes

Puisque la FM et la EM/le SFC ont des symptômes similaires, ils ont aussi des thérapies de gestion similaires. L'objectif du traitement est de soulager les symptômes, tels que la douleur et la fatigue, ainsi que d'autres conditions, comme la dépression, qui peuvent en résulter. Pour de plus amples renseignements et pour trouver des services et des ressources pour vous, visitez [BC Women's Hospital - Complex Chronic Diseases Program \(CCDP\)](#) [en anglais uniquement].

Maladie de Lyme chronique

Plusieurs maladies peuvent être transmises à l'homme par le biais de piqûres de tiques. La plus connue de ces maladies est la maladie de Lyme.

Il existe plusieurs tiques qui vivent dans de nombreuses zones de la Colombie-Britannique et qui sont porteuses de la bactérie *Borrelia burgdorferi*; c'est cet organisme qui cause la maladie de Lyme.

Des douzaines de cas de cette maladie ont été relevés au cours des quinze dernières années. Bon nombre des patients concernés n'ont jamais voyagé hors de la province. Ils ont probablement contracté la maladie en Colombie-Britannique.

Toutes les tiques ne sont pas porteuses de la maladie de Lyme. De plus, les chances que les tiques porteuses vous la transmettent sont minimes. Cependant, cette maladie étant grave, il est important de prendre les mesures nécessaires pour éviter les piqûres des tiques porteuses.

Certaines personnes qui ont eu une forme aiguë de la maladie de Lyme, pourraient continuer à souffrir de symptômes incluant la fatigue, les symptômes cognitifs comme par exemple la confusion mentale, des troubles du sommeil et bien d'autres symptômes inexplicables. Pour de plus amples renseignements, visitez :

- [BC Women's Hospital - Symptoms Attributed to Chronic Lyme Disease](#) [en anglais uniquement]
- [BC Centre for Disease Control: Lyme Disease \(Borrelia burgdorferi infection\)](#)
- [Santé Canada : La maladie de Lyme](#)

Dernière révision: Avril 2019

Pour les autres sujets traités dans les fiches HealthLinkBC, visitez www.HealthLinkBC.ca/healthfiles 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 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.