

AMÉLIORATION DE LA QUALITÉ DE VIE DES PATIENTS FIBROMYALGIQUES PAR LA MASSO-KINÉSITHÉRAPIE ET INTÉRÊT DES ALTERNATIVES THÉRAPEUTIQUES : Une revue de la littérature

INTRODUCTION : La fibromyalgie est le plus fréquent des « syndromes douloureux chroniques diffus », qui touche 7 à 10 fois plus de femmes que d'hommes. Elle est caractérisée principalement par des douleurs musculosquelettiques chroniques, diffuses, auxquelles s'ajoutent divers symptômes (fatigue, troubles du sommeil avec une impression de réveil non reposé, troubles cognitifs, et anxio-dépression). Des répercussions familiales, sociales et professionnelles sont rapportées par les patients atteints de fibromyalgie, avec une importante diminution de la qualité de vie. L'objectif de cette revue est donc de déterminer quelles techniques de base actuellement utilisées en masso-kinésithérapie ou alternatives corps-esprit sont efficaces pour améliorer la qualité de vie des patients fibromyalgiques.

MATERIEL ET METHODE : Nous avons réalisé des recherches à travers les bases de données suivantes : Pubmed, Cochrane Library, PEDro, Science Direct et Google Scholar, (à partir de 2009). Une analyse des risques de biais a été réalisée à partir de l'outil Cochrane, et une évaluation de la qualité méthodologique des revues systématiques avec l'échelle R-AMSTAR.

RESULTATS : A l'issue de nos recherches, 32 études ont été incluses dans notre revue ; 11 revues systématiques et méta-analyses et 21 ECR. Différentes méthodes de traitement ont été passées en revue : l'hydrothérapie, les thérapies corps-esprit, le massage, l'acupuncture, le dry needling, l'exergame, la danse, le kinésio-taping, le laser, les vibrations, le TENS et enfin la prise en charge multidisciplinaire. Toutes ont montré un intérêt dans l'amélioration de la qualité de vie des patients fibromyalgiques. Cependant pour les thérapies passives comme le laser, le TENS, les vibrations corps entier, le kinésio-taping ou l'acupuncture des conclusions controversées ont été émises et nécessitent davantage de recherche. Les thérapies corps-esprit semblent avoir un intérêt notamment pour améliorer la composante psychologique. Toutefois, des recherches plus approfondies sont nécessaires pour détailler les modalités d'application de ces thérapies.

CONCLUSION : Le masseur-kinésithérapeute a largement sa place dans la prise en charge de cette pathologie. Il possède un large choix de techniques manuelles et non manuelles ou instrumentales, pour soulager la douleur des patients fibromyalgiques et leur permettre d'améliorer leur qualité de vie. Tous les éléments cités précédemment peuvent être combinés dans une prise en charge multidisciplinaire.

Mots clés : *fibromyalgie, masso-kinésithérapie, qualité de vie, thérapies complémentaires, thérapies corps-esprit.*

IMPROVEMENT IN HEALTH-RELATED QUALITY OF LIFE AMONG PATIENTS WITH FIBROMYALGIA BY PHYSIOTHERAPY AND THE INTEREST OF COMPLEMENTARY THERAPIES : A literature review

INTRODUCTION : Fibromyalgia is the most common « chronic widespread pain syndrome », it's seven to ten times more likely to affect women than men. It is mainly characterized by chronic widespread musculoskeletal pain, accompanied by other symptoms (fatigue, sleep disorders with a feeling of awakening unrefreshed, cognitive disorders, and anxiodepression). Familial, social and professional repercussions are reported by fibromyalgia patients, with also a significant decrease in health-related quality of life. The aim of this review is therefore to determine which techniques currently used in physiotherapy or mind-body alternatives are effective in improving health-related quality of life in fibromyalgia patients.

MATERIAL AND METHOD : We have searched the following databases : Pubmed, Cochrane Library, PEDro, Science Direct and Google Scholar, (from 2009). A risk of bias analysis was performed using the Cochrane tool, and an evaluation of the methodological quality of systematic reviews with the R-AMSTAR scale.

RESULTS : At the end of our search, 32 studies were included in our review ; 11 systematic reviews and meta-analyses and 21 RCTs. Different treatment methods have been reviewed : hydrotherapy, mind-body therapies, massage, acupuncture, dry needling, exergame, dance, kinesio taping, laser, vibration, TENS and finally multidisciplinary management. All of them have demonstrated an interest in improving health-related quality of life in fibromyalgia patients. However for passive therapies such as laser, TENS, whole body vibration, kinesio taping or acupuncture controversial conclusions have been made and require further search. Mind-body therapies seem to have a particular interest in improving the psychological component. However, further research are needed to detail the modalities of application of these therapies.

CONCLUSION : The physiotherapist has a large place in the management of this pathology. He has a wide choice of manual and non-manual or instrumental techniques to relieve the pain of fibromyalgia patients and to improve their quality of life. All these elements mentioned above can be combined in a multidisciplinary care.

Key words : *fibromyalgia, physiotherapy, health-related quality of life, complementary therapies, mind-body therapies.*