

Gravité **MOYENNE**

Source : Institut Pasteur

FaibleMoyenneGrave

## Définition

Syndrome douloureux diffus chronique.

## Symptômes

Douleurs musculosquelettiques diffuses

fatigue chronique

troubles sommeil

points douloureux

## Causes

Sensibilisation centrale

stress

trauma

génétique

## Complications

Déconditionnement

dépression

handicap social

## Traitement

Exercice aérobie

duloxétine

prégabaline

TCC

## Diagnostic différentiel

Polymyosite

hypothyroïdie

lupus

spondylarthrite

dépression majeure

## Examens paracliniques

Clinique (critères ACR 2016)

bilan biologique normal (NFS

VS

CRP

TSH

CPK

calcémie)

pas d'imagerie spécifique

## Protocole médicamenteux

Exercice aérobie progressif 30min x3/sem (traitement principal); Duloxétine 30→60mg/j ou Prégabaline 75→300mg x2/j; TCC; Amitriptyline 10-25mg au coucher si insomnie; PAS d'opioïdes

## ☐ Interprétation des examens

NFS: Rechercher anémie (Hb<12g/dL femme

<13 homme)

hyperleucocytose (>10000) ou leucopénie (<4000)

thrombopénie (<150000)

CRP/VS: CRP>5mg/L = inflammation

>100mg/L = infection bactérienne probable

VS accélérée si >20mm/h

## ☐ Prise en charge hospitalière

Hospitalisation courte durée ou surveillance ambulatoire selon évolution

Réévaluation clinique à 48-72h

adaptation thérapeutique

Éducation thérapeutique du patient et de l'entourage

Planification du suivi post-hospitalisation et prévention des récurrences

## ☐☐☐☐☐ Protocole par tranche d'âge

**NOURRISSON (<2 ans):** Posologies en mg/kg strictes, vérifier poids exact; Voie orale sirop/suspension privilégiée; Surveillance déshydratation (pli cutané, fontanelle); Paracétamol 15mg/kg/6h (max 60mg/kg/j); PAS d'aspirine; Hospitalisation au moindre doute

**ENFANT (2-15 ans):** Posologies adaptées au poids (mg/kg); Formes galéniques: sirop, comprimés dispersibles, sachets; Paracétamol 15mg/kg/6h; Ibuprofène 10mg/kg/8h si >3 mois; Surveillance croissance et développement; Vaccination à jour

**ADULTE (>15 ans):** Posologies standard; Vérifier interactions médicamenteuses; Adaptation si insuffisance rénale (DFG) ou hépatique (Child-Pugh); Grossesse: vérifier CI; Sujet âgé >75 ans: réduire posologies de 25-50%, surveillance rénale

⚠ **Avertissement :** ⚠ GestuKay est une application informative et ne remplace pas un avis médical professionnel. Consultez toujours un médecin qualifié pour tout problème de santé.