

Préambule : Le résumé suivant est rédigé à partir de notes prises au vol. Des erreurs ou fautes de frappe sont possibles.

Voici le lien pour visualiser les visioconférences HUG-CHUV (nouveau) :

<https://mediaserver.unige.ch>

Une fois sur la page d'accueil, taper dans le champ de recherche « Visio » et choisissez la bonne année académique. Puis entrer les identifiants suivants :

user : visioR, password : 2020

Colloque de pédiatrie Lausanne-Genève du mardi 7 février 2023

Le trouble fonctionnel en général: compréhension, explications, traitements.

Dr Benjy Wosinski, médecin chef de clinique en hypnose - Service de pédiatrie générale - HUG

Lisa, 10 ans, présente des douleurs à la cheville suite à une entorse. Depuis, elle se déplace en chaise roulante, présente des céphalées, des maux de ventre.

Il s'agit d'une fille unique, très stressée. Elle présente également des difficultés d'endormissement, un absentéisme scolaire, et un arrêt du sport.

Un diagnostic de CRPS (Complex Pain Related Syndrome) a été posé par les orthopédistes.

Ce cas présente tous les critères positifs pour un trouble fonctionnel.

Dans les diagnostics fonctionnels, on retrouve la fatigue chronique, le syndrome d'Ehler Danlos hyper sensible, la tachypnée primaire, la toux psychogène, les syndromes abdominaux chroniques, et le syndrome complexe régional douloureux (CRPS).

Le trouble fonctionnel peut se soigner par hypnose.

Un point commun à tous est le stress. Le stress fait intervenir le système nerveux central, le système nerveux autonome, le système immunitaire, le système hormonal, le système cardiaque, le système respiratoire, le système digestif.

Le stress correspond à un équilibrage du corps, entre repos et excitation/activité.

Le trouble fonctionnel résulte d'une accumulation de stress physique et psychique avec un manque de récupération. Le trouble fonctionnel ne survient donc pas subitement.

- 1) cela aboutit à des boucles de stress en continu
- 2) avec un déséquilibre des systèmes
- 3) avec perte de rééquilibrage, perte de possibilité d'auto guérison.
- 4) il existe souvent plusieurs causes pour un syndrome.

Il y a des boucles vicieuses auto-inductibles de stress. Avec le temps, il y a perte des capacités d'adaptation.

Les atteintes sont au niveau du système nerveux central, des nerfs, et des fascias.

Le fascia peut être comparé à une sorte de tour Eiffel. Il est la place de réaction inflammatoire. Il y a une riche innervation sensori- et nociceptive.

Les inflammations aiguës répétées entraînent une mauvaise récupération, aboutissant à une inflammation neurogénique, une sensibilisation nerveuse, et une fibrose au final.

Il y a activation en continu de l'inflammation. Lors de fibrose, il y a diminution du retour veineux et lymphatique. Ceci entraîne une accumulation de toxiques, cela peut entraîner une hypoxie des tissus, et entraîne une immobilité des macrophages avec activation de ceux-ci.

Au niveau du système nerveux central, la moelle épinière est impactée. Il y a une plasticité du système de la douleur. Il peut y avoir une activation des circuits nocicepteurs, prenant la place des autres sens (toucher, température).

Il y a un renforcement des synapses de la douleur. La glie périneurale est activée, avec augmentation de l'inflammation.

Il y a une perte du contrôle inhibiteur descendant (système opioïde). (En conséquence, parfois certains médicaments fonctionnent moins bien).

Au niveau du système nerveux central, la perception de la douleur est importante. Elle fait intervenir les émotions, la mémoire (de la douleur), l'augmentation des sensations, une attention focalisée sur la douleur, et une projection avec peur d'avoir mal.

Tout cela influence la perception de la douleur.

La mémoire de la douleur aggrave la douleur.

L'hypnose intervient sur ces différents processus.

Dans la situation de Lisa, il y a une atteinte des fascias, une atteinte du système nerveux central avec perte des sensations, troubles du sommeil, et peur de la douleur. Probablement qu'il y a également des conséquences hormonales, immunitaires, et cardio-vasculaires.

Outre la cheville, des facteurs externes interviennent comme dans son cas le stress de déménagement, l'absence d'amie, l'immobilisation. Cela prend beaucoup de temps pour guérir.

Lors de douleurs, il faut rechercher si une autre maladie est possible. Un bilan biologique est utile.

Comment expliquer tout cela aux familles ?

1. Il faut dire qu'il s'agit d'un problème connu, avec des conséquences physiques. Il y a trois niveaux de la douleur, le système nerveux central, les nerfs, et le fascia.
2. Cela implique le système du stress, impactant tout le corps.
3. Cela se soigne (rééquilibrage).

Il s'agit d'un travail global, ne concernant pas que la physiothérapie ou l'hypnose thérapie.

Parfois le traitement est simple si la famille est soutenante, s'il n'y a pas de problème à l'école.

Le traitement est complexe quand il existe des problèmes familiaux ou sociaux. Une approche multidisciplinaire devient utile, avec approche familiale, individuelle, et réseau avec l'école et les soins. Un tel traitement peut relever de l'institution.

Le traitement est encore plus compliqué lors de comorbidité psychologique (addiction, trouble de la personnalité). Il y a besoin alors d'un pédopsychiatre. Mais cela est difficile, car souvent il y a refus du pédopsychiatre.

Les principes du traitement sont une explication de la pathologie, le but est le retour à une vie normale. Il faut viser le rééquilibrage du stress.

On peut commencer par traiter corps et cerveau.

Il faut fixer des objectifs de soins, comme par exemple le but de l'hypnose et une bonne hygiène de vie.

Il est utile de faire un plan. Si la famille ne fait rien, il n'est pas possible de traiter.

Il est utile de faire apprendre un processus d'autonomisation.

Un principe de vie est le 4S ;

1. Scolarisation : reprendre l'école, progressivement, en faisant un plan de reprise.
2. Sport (activité physique). Cela implique physiothérapie, ergothérapie.
3. Social : sortir de l'isolement
4. Sommeil : bonne hygiène de vie, utilité de la mélatonine.

Il faut réapprendre la signification des sensations corporelles, réapprendre la discrimination des sens (toucher, chaleur, etc.).

Il est important d'assurer un bon soutien, en focalisant sur les progrès. Il faut tenir dans la durée.

Il est utile d'employer la thérapie manuelle travaillant globalement, en particulier sur le fascia, comme la fascia thérapie, l'ostéopathie, la physiothérapie ou l'ergothérapie.

Concernant le travail cérébral, il est utile de travailler la perception des symptômes, par l'hypnose, le mindfulness, la sophrologie, ou la psychothérapie.

Il faut améliorer la dépression par un traitement de psychothérapie ou par l'emploi d'antidépresseurs de type SSRI.

Beaucoup de traumatismes sont à l'origine du syndrome du trouble fonctionnel. Il est utile de les identifier pour les soigner.

Dans le cas de Lisa, elle a eu six séances d'hypnose, deux séances de fasciathérapie, 18 séances de physiothérapie. Et à l'occasion d'un projet de voyage aux Maldives, elle s'est remise à marcher.

On trouve différentes références comme le livre de Kazia Kozlovska (functional somatic symptoms in children and adolescent) ou des vidéos sur le site « medecin d'ado.s » .

Compte-rendu du Dr Vincent Liberek

vliberek@bluewin.ch

Transmis par le laboratoire MGD

colloque@labomgd.ch