

QUÈ NO ÉS LA FIBROMIÀLGIA

DR. JOSEP M. SALA

Extracte de la
conferència a

càrrec del Dr.

Josep M. Sala,

Cap de Secció

d'Assistència i

Clínica del Dolor a

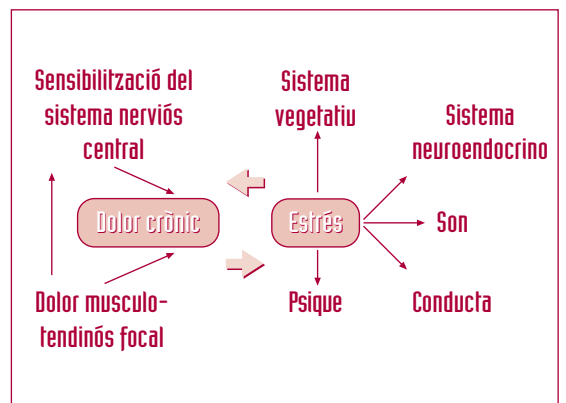
l'Hospital Joan

XXIII

Moltes vegades els meus col·legues us titllen de bojos. A mi em sembla grotesc perquè jo sé que no és veritat. Quan veniu a veure'm sempre ho feu perquè us han despatxat. No hi ha cap malalt de fibromiàlgia que no hagi vist com a mínim cinc o sis metges. Primer, aneu al metge de capçalera que us envia la reumatòleg, aquest us envia al psicòleg i aquest al psiquiatre. Quan el psiquiatre sen'atipa us envia a la clínica del dolor. Us fan tot tipus d'anàlisis i de proves, ressonàncies magnètiques...

No esteu bojos, no sou uns depressius, tot i que la malaltia aboca a la depressió. No sou reumàtics. No teniu malalties de menopausa. També aneu al ginecòleg, us dóna hormones. No sou res de tot això. I fonamentalment no sou uns psicòtics. Jo sé el problema familiar que teniu, és patètic. Ells us diuen que teniu manies. Tampoc sou uns maniàtics ni histèrics. No us aguanta ningú. No sou astènics. La gent pensa que sou uns dropos. Sou fibromiàlgics. Teniu una malaltia que encara avui la ciència no sap què és. I sé que sou malalts i mereixeu qualsevol tipus de tractament i consideració social. Quan parlo de consideració social, parlo dels inspectors del "seguro", perquè us donin les baixes corresponents i els drets que té qualsevol tipus de malalt. Això és una lluita. Jo sé que quan veniu a la meva consulta intenteu exagerar les símptomes perquè penseu que els metges podem influir sobre els inspectors. Però no. Jo no estic d'acord que els inspectors no donin l'assistència, els drets socials que teniu adquirits. Perquè sou classificats d'una altra cosa que tampoc no sou, simuladors. Un simulador és una persona que simula tenir una malaltia i no la té. Els inspectors de treball saben que és així i, per culpa d'uns, ho paguen tots. Per tant, jo prego que aquesta associació tingui una responsabilitat. Si voleu que l'associació tingui un futur, ser membre de l'associació implicaria ser un no-

simulador. I les úniques persones que ho saben són els especialistes en reumatologia, en clínica del dolor. Us suggereixo que tingueu una documentació mèdica perquè aconseguireu que us reconeguin aquesta mena d'invalidesa. Jo no dic que els simuladors siguin voluntaris, sinó que són persones que no tenen fibromiàlgia, perquè la fibromiàlgia dóna unes característiques generals a tothom, que són idèntiques a totes les persones.



Interacció dels mecanismes de disfunció en la fibromiàlgia.

Ja sabeu que la fibromiàlgia no és una malaltia psíquica pura, no és una simulació, no és reumatològica. S'ha de distingir molt bé quan es parla amb un fibromiàlgic i quan no és un fibromiàlgic. Molts heu estat operats de cirurgies que no us han curat i la fibromiàlgia no es cura així. Us han operat una cosa que es diu el túnel carpià perquè us fa molt mal, però després continua el dolor.

Com sou tan "pesats" al final el cirurgià us opera alguna cosa. Es fan intervencions quirúrgiques que no s'haurien de fer. S'operen colzes, genolls, canells. Esgoteu tots els medicaments de la farmàcia. Hi ha hagut pacients que abans de venir-me a veure prenien cinquanta-cinc productes diferents. No sou persones que tingueu massa més problemes que els altres. Es busquen causes medio-ambientals; psicològiques, tam-

poc... Sou uns malalts que encara la medicina moderna no sap quina és la causa concreta. Els metges no sabem què és la fibromiàlgia. Sabem què teniu, però no sabem per què. Entenc que pareu bojós. La gent ja no us pregunta com esteu, sinó què us fa mal.

La vostra malaltia es cura sola. Un 15 % dels malalts després d'una evolució de vuit anys es cura. La malaltia no mata però molesta bastant. No és maligna. Un 35 % té una vida acceptable. El 50% restant a d'esperar que millori la ciència. Si el tractament és adequat milloreu molt. Amb el temps tothom millora. Abans s'intentava curar la depressió. Això s'ha de fer a posteriori. L'exercici és importantíssim. Us heu de moure. El pronòstic millora si feu exercici. Si us tracteu amb un metge que us diu "vostè té una mica de cuento" ràpidament no hi torneu. Més de la meitat del, metges de la província de Tarragona no la reconeixen com a malaltia. Heu d'anar a una persona que la reconegui com cal.

Un equip d'investigadors americans va descobrir en un grup de malalts de fibromiàlgia que tenien el cervell diferent als no afectats: Hi ha molts factors que poden fer canviar els nuclis frontals del cervell. Nosaltres vam intentar de mostrar que el cervell respón de determinada manera a un estímul dolorós. I és veritat, teniu un nucli que es pot modificar mitjançant un estímul terapèutic. Amb aquesta estimulació o hipnosi el cervell canvia d'actitud. El dolor desapareix durant un cert temps. Això vol dir que vosaltres desenvolupeu una depressió que s'ha de tractar amb medicaments o bé, amb psicoteràpia, la hipnosi. Tots en major o menor grau teniu depressions i s'han de tractar. Els analgèsics van bé administrats correctament. Ara per ara no utilitzem derivats de la morfina perquè creen addicció. Tots els fibromiàlgics dormiu malament. La son té quatre fases. Si no es desenvolupa l'última és

que esteu malalts.

Un metge americà va experimentar amb cent alumnes administrant-los estímuls elèctrics que no els permetien arribar a la quarta fase. Als quinze dies tenien els mateixos símptomes que els fibromiàlgics. El vuit per cent de la població catalana té fibromiàlgia. Sou una plaga social i sou caríssims. S'investiga per raons econòmiques.

Teniu també modificacions hormonals. Les dones teniu més fibromiàlgia. Però no sabem si l'hormona modificada causa la malaltia o la malaltia modifica l'hormona. La serotonina, l'hormona de la depressió, també està molt baixa, per això els antidepressius van molt bé. La psicoteràpia és molt bona, però a la seguretat social no la hi podeu fer. Això no pot ser perquè hem de fer psicoteràpia. M'heu d'explicar els medicaments que us van bé, els que no. Per descomptat les relacions sexuals passen a un segon terme. Ningú vol mantenir-les si li fa mal tot. El dolor crònic està relacionat amb l'estrès, entès com ansietat. Dins de les psicoteràpies heu d'aprendre tècniques de relaxació. Aquestes tenen a veure amb l'autohipnosi. Heu d'aprendre a autohipnotitzar-vos. Els fibromiàlgics no relaxeu els músculs mai del tot, per tant els músculs s'esgoten i per això us aixequen garratibats. El tabac també resulta nefast. S'ha de deixar de fumar.

La malaltia s'atribueix a un fet personal important i aquest és l'interruptor del dolor, el cansament, depressió, colon irritable, inflamació, cefalees, alteracions menstruals i hipersensibilitat a la pell, entre d'altres. La fibromiàlgia es diagnostica quan apareixen quatre fases comunes:

- Mes de tres mesos de dolor continuat.
- Sensibilitat dels plecs cutanis.
- Alteració de la son.
- Dolor en onze punts o més punts dels divuit de l'escola reumatològica americana.