

FIBROMYALGIE

Syndrome Polyalgique Diffus Idiopathique (SPID)

Dépistage, Évaluation, Retentissement

Questionnaire FiRST, Échelle WPI, Échelle ESS, FIQr

NOM Prénom :

Né(e) le :

Date du test :

Page 2 : Dépistage et zones douloureuses

Page 3 : Échelle de sévérité des symptômes (Fatigue, Sommeil, Troubles cognitifs)

Page 4 : Évaluation de l'impact des douleurs diffuses

INFORMATIONS:

Des douleurs diffuses depuis plus de 3 mois peuvent évoquer une fibromyalgie. Ces douleurs nociplastiques correspondent à une perturbation des mécanismes régulateurs de la douleur.

Les questionnaires suivants sont recommandés par l'**IASP** (International Association of Study of Pain) et la SFETD (**S**ociété **F**rançaise d'**É**tude et **T**raitement de la **D**ouleur). Ils ne permettent pas à eux seuls de faire le diagnostic de fibromyalgie mais sont considérés comme des outils de dépistage et d'évaluation. Ils donnent des éléments utiles pour votre prise en charge.

Ce questionnaire au format .pdf est facilement remplissable depuis un ordinateur. Utilisez le logiciel Adobe Reader Gratuit ou équivalent. Pour profiter des **calculs automatiques**, **activez le javascript** dans le menu "Préférences" ou "Options" de votre lecteur de PDF puis cliquez sur les cases à cocher.

Apportez ces questionnaires remplis lors de votre consultation ou déposez le fichier .pdf dans votre compte sécurisé Doctolib. A défaut, il est possible de l'imprimer puis de le remplir manuellement.



FIBROMYALGIE

Syndrôme Polyalgique Diffus Idiopathique (SPID)

Dépistage, Évaluation, Retentissement

Questionnaire FiRST, Échelles WPI, ESS, FS, FIQR

NOM Prénom :

Ancienneté des douleurs/symptômes (mois ou années) :

Date du premier diagnostic de fibromyalgie (années) :

1. Questionnaire FiRST (Fibromyalgia Rapid Screening Tool)

Cochez ces items si vous pensez qu'ils s'appliquent à vos douleurs.

Mes douleurs sont localisées partout dans tout mon corps.....	OUI	NON
Mes douleurs s'accompagnent d'une fatigue générale permanente.....	OUI	NON
Mes douleurs sont comme des brûlures, des décharges électriques ou des crampes.....	OUI	NON
Mes douleurs s'accompagnent d'autres sensations anormales comme des fourmillements, des picotements ou des sensations d'engourdissement, dans tout mon corps.....	OUI	NON
Mes douleurs s'accompagnent d'autres problèmes de santé comme des problèmes digestifs, des problèmes urinaires, des maux de tête, ou des impatiences dans les jambes.....	OUI	NON
Mes douleurs ont un retentissement important dans ma vie : en particulier, sur mon sommeil, ma capacité à me concentrer avec une impression de fonctionner au ralenti.....	OUI	NON

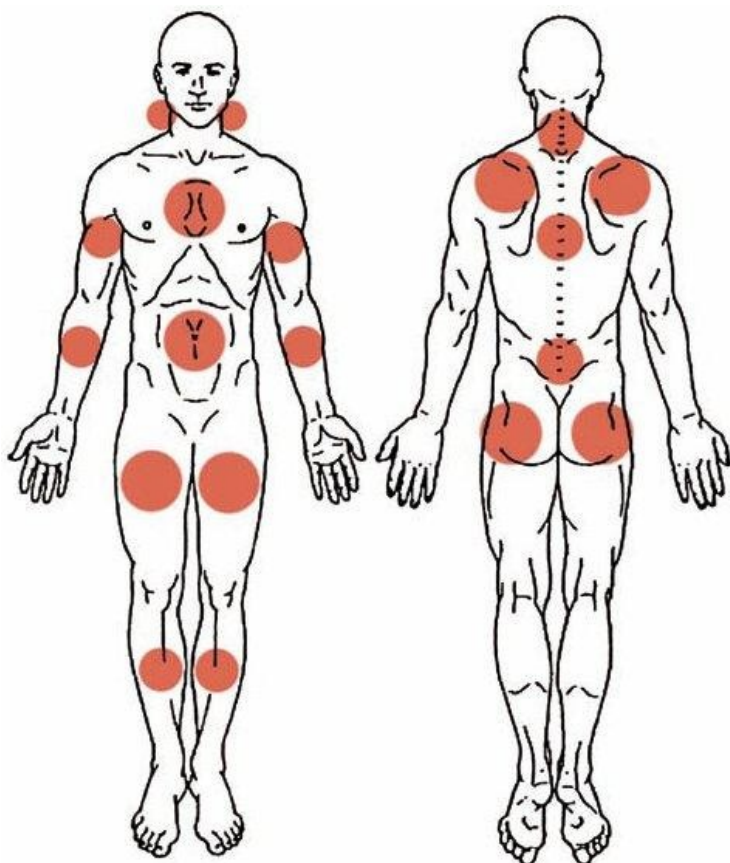
Score > 5 positif sensibilité de 90,5 %, spécificité de 85,7 %. Perrot S, Bouhassira D, Fermainian J. Development and validation of the Fibromyalgia Rapid Screening tool (FiRST). Pain. 2010.

Score FiRST :

Somme des Oui

2. Échelle WPI : zones douloureuses (Wide Pain Index)

Comptabilisez le nombre de zones douloureuses présentes **durant la semaine avant la consultation**. Les zones douloureuses sont cliquables dans la figure et seront énumérées dans le tableau.



AXE CENTRAL

Cou / nuque

Haut du dos / région dorsale

Bas du dos / région lombaire

Thorax

Abdomen

CÔTÉ GAUCHE

CÔTÉ DROIT

Mâchoire gauche | Mâchoire droite
(Articulation temporo-mandibulaire)

Épaule gauche | Épaule droite
(Ceinture scapulaire)

Bras gauche | Bras droit

Avant-bras gauche | Avant-bras droit

Hanche, fesse gauche | Hanche, fesse droite
(Hanches, Fesses, Trochanter)

Cuisse gauche | Cuisse droite

Jambe gauche | Jambe droite

Score WPI :

Nbre zones douloureuses de 0 à 19



NOM Prénom :

3. Échelle de sévérité des symptômes (Symptom Severity Scale)

Pour chacun des 3 symptômes ci-dessus, indiquer le niveau de sévérité lors de la semaine précédente en utilisant l'échelle suivante :

Sévérité des symptômes	Pas de problème	Très légers	Modérés	Sévères
Fatigue	0	1	2	3
Troubles du sommeil	0	1	2	3
Troubles cognitifs	0	1	2	3

Score SSS :

(0 à 9)

4. Étendue des symptômes somatiques (Extent of Somatic Symptoms)

Au cours de la semaine passée, soulignez et/ou comptez dans la liste suivante le ou les symptômes somatiques que vous avez ressentis. Puis, évaluez sur une échelle de 0 à 3 le nombre de symptômes retenus.

Les symptômes somatiques à prendre en compte : douleur musculaire, syndrome du côlon irritable, fatigue, troubles de mémoire, faiblesse musculaire, mal de tête, douleur/crampes à l'abdomen, engourdissement/picotements, vertiges, insomnie, dépression, constipation, douleur dans le haut de l'abdomen, nausées, nervosité, douleur à la poitrine, vision floue, fièvre, diarrhée, bouche sèche, démangeaisons, respiration sifflante, phénomène de Raynaud, urticaire, traces cutanées, sifflements dans les oreilles, vomissements, brûlures d'estomac, ulcères buccaux, perte ou changement du goût, convulsions, yeux secs, essoufflement, perte d'appétit, éruption, sensibilité au soleil, audition difficile, ecchymoses, perte de cheveux, besoin fréquent d'uriner, miction douloureuse, et spasmes de la vessie.

	Pas de symptômes	Peu de symptômes	Un nombre modéré de symptômes	De nombreux symptômes
Sévérité Trouble somatique	0	1	2	3

Score ESS :

(0 à 3)

Partie réservée au médecin : le médecin ajustera au besoin les scores issus de votre autoévaluation après examen et entretien

Fibromyalgiance Scale (FS) a score ≥ 13 correctly classify 93% of patients identified as having FM (spe 96.6%, sen 91.8%)	Fatigue (0 à 3)	Troubles sommeil (0 à 3)	Troubles cognitifs (0 à 3)	Trouble somatique (0 à 3)	WPI Wide Pain Index (0 à 19)	FS Scale WPI+SSS+ESS (de 0 à 31)
Synthèse autoévaluation						
Ajustement éventuel						

Critères Douleur Nociplastique (IASP 2021 Criteria)

Douleurs de plus de 3 mois.....	OUI	NON
Localisation régionale plutôt que strictement localisée.....	OUI	NON
Pas/peu d'explications par mécanisme nociceptif et/ou neuropathique	OUI	NON
Hypersensibilité à la nociception, ou hypersensibilité sensorielle :..... allodynie dynamique/statique, thermique, T°, lumière, son, pression, toucher, mouvements	OUI	NON
Comorbidité hypersensibilisation centrale :..... Sommeil non réparateur, fatigue, réveils fréquents Jambes sans repos, troubles cognitifs	OUI	NON

Références

- Wolfe et al. 2011 Fibromyalgia criteria and severity scales for clinical and epidemiological studies: A modification of the acr preliminary diagnostic criteria for fibromyalgia. J. Rheumatol. 2011;38:1113-1122. doi: 10.3899/jrheum.100594.
- Giorgi et al. 2023 Fibromyalgia: one year in review 2023. Clin Exp Rheumatol. 2023 Jun;41(6):1205-1213.
- Nijs et al. 2021 Nociplastic Pain Criteria or Recognition of Central Sensitization? Pain Phenotyping in the Past, Present and Future. J. Clin. Med. 2021, 10,3203.
- Mary-Ann Fitzcharles et al. 2021 Nociplastic pain: towards an understanding of prevalent pain conditions. Lancet 2021; 397: 2098-110
- Bennett et al. 2009, The Revised Fibromyalgia Impact Questionnaire (FIQR): validation and psychometric properties. Arthritis Research & Therapy 2009



NOM Prénom :

5. Questionnaire FIQR révisé (Revised Fibromyalgia Impact Questionnaire)

Domaine 1 : Impact fonctionnel (function) Pour chacune des neuf questions suivantes, cochez la case qui indique le mieux à quel point votre fibromyalgie vous a gêné pour effectuer les activités suivantes au cours des 7 derniers jours :

Se brosser ou se peigner les cheveux	Aucune difficulté	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Très difficile
Marcher sans interruption pendant 20 minutes	Aucune difficulté	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Très difficile
Préparer un repas maison	Aucune difficulté	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Très difficile
Passer l'aspirateur, frotter ou balayer les sols	Aucune difficulté	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Très difficile
Soulever et porter un sac rempli de provisions	Aucune difficulté	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Très difficile
Monter un étage d'escaliers	Aucune difficulté	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Très difficile
Changer les draps de lit	Aucune difficulté	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Très difficile
S'asseoir sur une chaise pendant 45 minutes	Aucune difficulté	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Très difficile
Faire ses courses	Aucune difficulté	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Très difficile

TOTAL 1 : ÷ 3 :

Somme 9 réponses divisée par 3

Domaine 2 : Impact global (overall) Pour chacune des deux questions suivantes, cochez la case qui décrit le mieux l'impact global de votre fibromyalgie au cours des 7 derniers jours :

La fibromyalgie m'a empêché d'atteindre mes objectifs de la semaine	Jamais	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Toujours
J'ai été complètement dépassé par les symptômes de ma fibromyalgie	Jamais	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Toujours

TOTAL 2 : ÷ 1 :

Somme 2 réponses

Domaine 3 : Symptômes (symptoms) Pour chacune des 10 questions suivantes, cochez la case qui correspond le mieux à l'intensité de vos symptômes de fibromyalgie au cours des 7 derniers jours :

Évaluez votre niveau de douleur :	Aucune douleur	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Douleur insupportable
Évaluez votre niveau d'énergie :	Beaucoup d'énergie	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Pas d'énergie
Évaluez votre niveau de raideur :	Pas de raideur	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Raideur importante
Évaluez la qualité de votre sommeil :	Réveillé reposé	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Réveillé très fatigué
Évaluez votre niveau de dépression :	Pas de dépression	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Très déprimé(e)
Évaluez vos troubles de la mémoire :	Bonne mémoire	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Très mauvaise mémoire
Évaluez votre niveau d'anxiété :	Pas d'anxiété	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Très anxieux
Évaluez votre niveau de sensibilité au toucher :	Pas de sensibilité	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Très sensible
Évaluez votre niveau de problèmes d'équilibre :	Pas de déséquilibre	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Déséquilibre important
Évaluez votre niveau de sensibilité aux bruits forts, aux lumières vives, aux odeurs et au froid :	Aucune sensibilité	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Sensibilité extrême

TOTAL 3 : ÷ 2 :

Somme 10 réponses divisée par 2

Score FIQR :

Domaine 1 + 2 + 3 (0 à 100)