

Comment la sclérose en plaques provoque-t-elle la fatigue?

lundi 16 octobre 2017

[Articles spécialisés](#)

La fatigue représente un des symptômes les plus fréquents et les plus graves associés à la SEP. Elle peut survenir inopinément et empêcher la réalisation des tâches quotidiennes les plus simples.

Vous sentez-vous fatigué, somnolent ou démotivé? Ou bien vos muscles sont-ils lents et lourds? Éprouvez-vous des difficultés à accomplir des tâches simples alors que vous êtes pourtant reposé? Avez-vous besoin de plus de temps pour comprendre ou formuler des phrases?

Tous ces phénomènes sont des exemples de manifestations de la fatigue, le symptôme le plus couramment signalé et le plus invalidant de la SEP.

La principale cause de fatigue liée à la SEP n'est pas totalement connue. Les recherches dans ce domaine sont complexes car elle peut avoir différentes origines et se manifester de diverses façons. Néanmoins, les chercheurs ont identifié plusieurs sources de fatigue liée à la SEP qui peuvent être utilisées pour élaborer de nouveaux médicaments afin de combattre ce symptôme.

Lien entre fatigue et lésions au cerveau et à la moelle épinière

La SEP résulte d'une attaque auto-immunitaire sur la gaine de myéline, qui protège de nombreuses cellules nerveuses dans le cerveau et la moelle épinière. Ces attaques ont un effet important sur les capacités du système nerveux à contrôler la cognition, la mémoire, le mouvement et de nombreuses autres fonctions différentes.

La fatigue découlant directement des lésions de la myéline et des événements associés à l'attaque auto-immunitaire est appelée fatigue primaire. Elle peut être la conséquence des événements suivants:

Lésions à une zone du cerveau contrôlant la fatigue: des lésions à l'hypophyse du cerveau peuvent bloquer ou modifier la production d'hormones spécifiques régulant la fatigue.

Hyperactivité du système immunitaire: l'attaque auto-immunitaire est caractérisée par des taux élevés de cytokines. Libérées pendant une agression virale ou une attaque de SEP, les cytokines sont connues pour être à l'origine de la sensation de fatigue.

Consommation accrue d'énergie résultant de la réparation des tissus endommagés: le cerveau n'est pas un organe rigide. Les zones du cerveau affectées à une tâche peuvent assumer les fonctions d'autres zones en établissant de nouvelles connexions neurales. Ce «rebranchement» exige beaucoup d'énergie; selon certains, le cerveau consommerait à lui seul jusqu'à 20% de l'énergie corporelle. L'énergie requise pour réparer les zones endommagées est considérable. Cette perte d'énergie provoque une sensation générale de fatigue.

Fatigue causée par les symptômes de la SEP

La fatigue secondaire est le résultat des symptômes de la SEP. Le meilleur exemple réside dans la fatigue découlant du manque de sommeil engendré par plusieurs symptômes associés à la SEP, comme les spasmes musculaires, le syndrome des jambes sans repos, le dysfonctionnement de la vessie, le stress ou la dépression liée à la SEP. Elle peut aussi être déclenchée par les médicaments utilisés pour traiter la SEP.

Que faire en cas de fatigue

Les patients doivent discuter en détail de ces symptômes avec leur médecin afin de déterminer si la fatigue ressentie est caractéristique de la maladie ou s'il s'agit d'une manifestation d'un autre syndrome ou pathologie.

Dans certains cas, il est possible de prescrire des médicaments, mais parfois des changements apportés au style de vie suffisent à surmonter les obstacles quotidiens.

Dr Lutz Achtnichts

Références

Braley, T.J. and R.D. Chervin, Fatigue in multiple sclerosis: mechanisms, evaluation, and treatment. *Sleep*, 2010. 33(8): p. 1061-7.

Société suisse de la sclérose en plaques, rue du Simplon 3, 1006 Lausanne

Tél. 021 614 80 80 | info@sclerose-en-plaques.ch | www.sclerose-en-plaques.ch