En collaboration avec le
Collège québécois des médecins de famille

Docteur, je suis fatigué...

Harold Dion, MD, CCMF, FCMF

Le cas de Paul

Paul, un homme âgé de 43 ans, se présente à votre cabinet en se plaignant d'un état de fatigue qui persiste depuis quelques mois. Comment abordez-vous ce cas sans être trop expéditif, à cause de votre horaire chargé, tout en évitant de passer à côté d'une maladie grave?

Voir la discussion du cas en page 19.

Le grand piège associé au motif de consultation pour de la fatigue est de mal interpréter le vocabulaire du patient ou de ne pas reconnaître une situation psychologique parce que le sujet a des signes objectifs de type organique ou qu'il se plaint d'une douleur bien définie. À l'inverse, il est également possible de ne pas reconnaître une maladie organique, si elle s'accompagne de signes psychiques.

Prendre le temps de bien interroger votre patient

Votre patient est-il fatigué :

Le **Dr Dion** est médecin de famille, Clinique médicale l'Actuel, Montréal. Il est également président du conseil d'administration du Collège québécois des médecins de famille.

Tableau 1

Les tests biologiques recommandés dans les cas de fatigue

- Albumine
- Analyse d'urine
- Aspartate aminotransférase (AST)
- Calcium
- Créatinine
- Électrolytes
- Formule sanguine complète
- Glycémie
- Hormone thyréotrope (TSH)
- Phosphatase alcaline
- Vitesse de sédimentation

- Depuis peu de temps?
- Depuis longtemps?
- Le matin?
- Le soir?
- Durant toute la journée?
- Au travail?
- Durant la fin de semaine?
- En vacances?
- À l'effort?
- Au repos?

L'interrogatoire doit également porter sur les habitudes de vie (tabagisme, alcool, drogues, activité physique), la perte d'appétit et de poids,

Tableau 2

Les maladies pouvant causer de la fatigue

- Allergies
- Anémie
- Anxiété
- Apnée du sommeil
- Arthrite rhumatoïde
- Cancers
- Chimiothérapie
- Dépression
- Diabète
- Entéropathies
- Fibromyalgie
- Hépatite
- Hypercalcémie
- Hypertension grave
- Hyperthyroïdie
- Hypokaliémie
- Hypopituitarisme
- Hypothyroïdie
- Infections chroniques
- Insuffisance cardiaque
- Insuffisance pulmonaire chronique
- Insuffisance rénale chronique
- Lupus
- Maladie d'Addison
- Malnutrition
- Mononucléose
- Prise de certains médicaments
- Problèmes musculaires (myasthénie)
- Problèmes neurologiques (tumeur cérébrale, maladie de Parkinson)
- Spondylite ankylosante
- Syndrome de fatigue chronique
- Tuberculose pulmonaire
- Virus de l'immunodéficience humaine

Et Paul?

Paul nie d'abord tout facteur de risque pour l'hépatite, mais, en y réfléchissant un peu, il se rappelle avoir consommé de la drogue lors d'une fête à l'âge de 19 ans. Une investigation plus approfondie révèle une sérologie positive pour l'hépatite C. Vous décidez de le prendre en charge (voir la rubrique « Défi diagnostic » du mois de juin) ou de le référer à un hépatologue.

les changements relatifs au cycle menstruel, l'évacuation de l'urine et des selles, la prise de médicaments, la présence de toux, de douleur ou de symptômes psychologiques tels que les troubles de sommeil, de concentration, d'irritabilité ou d'idées suicidaires, ainsi que des symptômes neurologiques et des antécédents personnels ou familiaux.

Un examen clinique précis

L'examen clinique vérifiera la présence ou l'absence de signes vitaux normaux, d'adénopathies, d'anomalies à l'auscultation du système cardiorespiratoire, d'une masse au sein, d'une masse ou d'une viscéromégalie abdominale ou pelvienne et d'anomalies neurologiques objectives.

Les tests biologiques

Des tests biologiques normaux confirmeront l'absence d'une maladie organique quelconque (tableau 1).

Que doit-on prescrire?

Un antidépresseur et/ou une thérapie cognitivo-comportementale, s'il s'agit d'une dépression, peuvent être prescrits. Sinon, le traitement sera déterminé selon la cause (tableau 2).

Ainsi, devant un patient qui se plaint de fatigue, il faut prendre le temps de bien l'interroger et de procéder à un examen clinique précis et à des tests de laboratoire appropriés. Ceux-ci vous mettront rapidement sur la bonne piste. *Clin*