Santé Québec Estrie – Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke

TRAJECTOIRE FIBROMYALGIE

USAGER AVEC SYMPTÔMES COMPATIBLES AVEC LA FIBROMYALGIE

Médecin de famille 1 ère ligne (Diagnostic d'exclusion conformément à l'algorithme du MSSS)	• GMF OU GMF-U • Cliniques médicales

DIAGNOSTIC FIBROMYALGIE

1. ENSEIGNEMENT À L'USAGER ET SON PROCHE AIDANT (Md, IPS, Inf.)

- Éducation sur la maladie
- Remise du guide« Mieux connaître et vivre avec la FIBROMYALGIE »
- Recommandation de contacter l'Association de la fibromyalgie de l'Estrie (AFE), remettre documentation par rapport aux ressources offertes site web
- Capsules éducatives pour mieux comprendre la Fibromyalgie
- Site Web de l'Association québécoise de la douleur chronique (groupe d'entraide, ligne d'entraide **1-855-368-538**, informations sur la douleur)
- Plate-forme Gérer ma douleur www.gerermadouleur.ca — Capsules d'autogestion : Agir pour moi https://gerermadouleur.ca/agir-pour-moi/
- Éducation sur les saines habitudes de vie, l'importance de bouger

2. RÉFÉRENCES SELON LES BESOINS

- Programme ASSSÉ : Atelier autogestion de la douleur, autres ateliers offerts via le formulaire de référence
- Activité physique (gymnases, ressources communautaires, kinésiologues, etc.)

3. MÉDICATION

- Prescription et ajustement de la médication par médecin / IPS, et tout autre professionnel habilité conformément à l'algorithme du MSSS

SI BESOINS PARTICULIERS

- **Si problématique d'adhésion/ gestion de l'activité physique ou avec l'autogestion de la douleur :** Physiothérapie, Ergothérapie, Kinésiologie (Clinique externe, GMF, coopérative, clinique privée), Programme interprofessionnel douleur persistante 1re ligne
- **Si trouble de santé mentale (dépression, anxiété, trouble d'adaptation, Syndrome de stress post-traumatique, etc.)** : Travail social (Accueil psychosocial du RLS de l'usager), Psychologie, Ergothérapie, Psychothérapie, Psychoéducation (Mécanisme accès santé mentale, GMF, clinique privée) *Peut aussi être géré par md de famille si possible, psychiatrie au besoin*
- **Si trouble du sommeil** : Pharmacie communautaire, Fondation sommeil, Psychologie, Psychothérapie, Ergothérapie (GMF, coopérative, clinique privée) *Peut aussi être géré par md de famille si possible*
- **Si déséquilibre occupationnel, problématique en lien avec le travail** : Ergothérapie (GMF, coopérative, clinique privée)
- **Si besoin de réorientation de l'emploi:** Conseiller en orientation (privé), organisme orientation travail www.orientationtravail.org
- **Si besoin de soutien au proche aidant** : Programme de soutien L'appui : https://www.lappui.org/fr/

1ère LIGNE

SI ÉVOLUTION DÉFAVORABLE : RETOUR EN CONSULTATION MÉDICALE 1ère LIGNE

Valider si tous les éléments de la 1ère ligne sont faits

Avis d'expert* CEGDC (via formulaire AH-741)	OUI
	NON

2e LIGNE

GROUPE FIBROMYALGIE offert par Centre de réadaptation en déficience physique (CRDP)
Offre de service

Pour référer au CRDP : ou
- Formulaire AH-741
- Demande de services de réadaptation (déficience physique)

SI ÉVOLUTION DÉFAVORABLE : RETOUR EN CONSULTATION MÉDICALE 1ère LIGNE et au besoin

3e LIGNE

Centre d'expertise en gestion de la douleur chronique (CEGDC)
(Médecin expert en douleur chronique + équipe interdisciplinaire)

Référence par médecin de famille ou IPS via Formulaire - Demande-consultation (AH-741)

*Consultation téléphonique offerte aux médecins de 1re ligne avec un médecin expert en douleur chronique afin d'aider à encadrer la prise en charge de l'usager

MAJ 2026-09-09