

FIBROMYALGIE

QUI EST TOUCHÉ



Elle affecte 2 à 4 % des habitants des pays industrialisés et environ 2 % de la population mondiale. 80 à 90 % des personnes touchées sont des femmes, les hommes étant sous-diagnostiqués. Récemment, des cas sévères ont été observés chez les adolescents et jeunes adultes.

CAUSES



La fibromyalgie résulte d'une perturbation dans la façon dont le cerveau et la moelle épinière traitent la douleur. Elle peut être déclenchée par des événements traumatiques, des facteurs génétiques, des troubles du sommeil ou un stress émotionnel.

SYMPTÔMES



Douleurs sur au moins 6 sites (sur 9 possibles), troubles du sommeil et/ou fatigue persistants depuis au moins 3 mois. Hypersensibilité des tissus mous, raideur musculaire, troubles cognitifs, et sensibilité environnementale.

DIAGNOSTIC



Aucun test définitif n'existe pour diagnostiquer la fibromyalgie avec certitude.

PRISE EN CHARGE



Objectifs : réduire la douleur et améliorer le sommeil. Antalgiques, anti-inflammatoires et antidépresseurs souvent peu efficaces. Physiothérapie et ostéopathie peuvent soulager douleurs et fatigue. Un suivi psychologique et micronutritionnel est recommandé. Les traitements sont adaptés à chaque personne.

S'ENGAGE À

1

Faire connaître et à terme reconnaître la fibromyalgie (médical, social, pharma, juridique, politique, etc.) et sensibiliser l'opinion publique.

2

Être l'interlocuteur pour la communauté scientifique, aux médias, aux étudiants et à toutes personnes cherchant des informations.

3

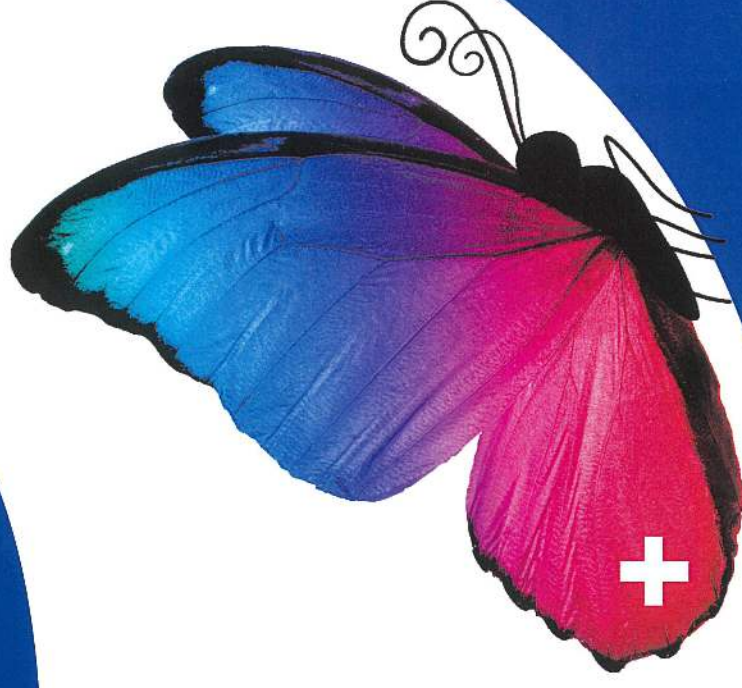
Diffuser l'information au sujet de la fibromyalgie et les dernières avancées médicales à travers des conférences, des séminaires et autres formations.

4

Favoriser l'entraide par la coordination des groupes de parole/d'entraide.

5

S'investir dans le soutien de la personne souffrante en proposant différents outils thérapeutiques



afm

Association Suisse
des FibroMyalgiques

*Ensemble face à la douleur
Unis par le cœur*

S'ADRESSE AUX



Fibromyalgiques



*Personne souffrant de
douleurs chroniques*



Familles & Proches



Bénévoles souhaitant aider

NOS VALEURS

Disponibilité

Bienveillance

Non-jugement

Confidentialité

Positivité

Entraide

Écoute

Aux étudiants
pour leur travail
de certification

Aux membres

SOUTIENS

À tous

INFORMATIONS

Journal trimestriel LSR « forumR »

Journal annuel ASFM « L'envol »

Newsletter

Stands

Juridique

CONSEILS

Social

SYNERGIE

Le système juridique

Le corps médical

Le monde politique

Le milieu social

La pharma

Etc...

Téléphonique du lundi
au jeudi matin de 08h30
à 11h30 au 077/409.92.28

Permanence en soirée du
lundi au jeudi de 18h à 21h00 au
076/585.20.54

Également par courriel et WhatsApp

CONTACTS

ACTIVITÉS

Notre journée de la fibromyalgie

Séminaires sur 1 jour

Journée mondiale de la fibromyalgie

Ateliers sur ½ journée

Conférences

Formations

Sorties

Cours

Réunions
mensuelles

Répartis dans toute la
Suisse

GROUPE D'ENTRAIDE



Association Suisse
des FibroMyalgiques



Association à but non lucratif,
reconnue d'utilité publique



Rue du Village 13
1424 Champagne • Suisse



+41 (0)77 409 92 28



info@suisse-fibromyalgie.ch



www.suisse-fibromyalgie.ch



Supports visuels, web et bien +
www.didier-blessemaille.ch