

À emporter au dépistage ou en consultation

en cas de symptôme nouveau, quand on vit avec une fibromyalgie

Ce document est un aide-mémoire à remettre au professionnel de santé (radiologue, manipulateur, médecin traitant, spécialiste). Il ne remplace ni l'interrogatoire médical ni la décision partagée.

1 — Informations utiles à communiquer

Nom, prénom :

Date de naissance :

Médecin traitant :

Année du diagnostic de fibromyalgie :

Traitements en cours (antalgiques, autres) :

Allergies connues :

2 — Ce que je viens vous signaler aujourd'hui

Nature du symptôme ou de l'examen :

Depuis quand ? _____

Localisation, intensité, évolution :

Je précise que ce symptôme est différent de mes douleurs habituelles de fibromyalgie, et je ne le rattache pas à ma maladie chronique. ■

3 — Adaptations utiles pour cet examen (si dépistage)

- Mammographie : compression progressive, pauses possibles entre les incidences, signalement au manipulateur d'une éventuelle allodynie du sein.
- Coloscopie : discuter le choix de la préparation évacuatrice (volume réduit), prévoir une couverture antalgique adaptée, envisager l'anesthésie générale.
- Prélèvement cervico-utérin : demander un spéculum de petite taille, lubrifiant abondant ; auto-prélèvement HPV possible pour les femmes de 30 à 65 ans n'ayant pas participé au dépistage depuis 3 ans.
- Scanner thoracique faible dose (programme IMPULSION) : examen court, bien toléré, aucune adaptation particulière requise.

Signes qui doivent me faire consulter sans attendre

Ces signes ne sont pas expliqués par la fibromyalgie et méritent une consultation dédiée.

4 — Signes généraux à ne pas laisser passer

- **Perte de poids inexpliquée** (plus de 5 % du poids habituel en quelques mois).
- **Fièvre prolongée ou récurrente** sans cause identifiée, en particulier avec sueurs nocturnes profuses.
- **Fatigue nouvelle, différente** de la fatigue habituelle, qui progresse et ne cède pas.
- **Douleur nocturne qui réveille**, en particulier si elle est localisée (os, dos).
- **Ganglion palpable** qui apparaît et grossit (cou, aisselle, aine).

5 — Signes localisés qui doivent faire consulter

- **Sein** : boule, écoulement du mamelon, rétraction, modification cutanée.
- **Digestif** : sang dans les selles, selles noires, changement durable du transit, sensation de non-vidange après être allée aux toilettes.
- **Génital féminin** : saignement entre les règles, après la ménopause, après un rapport sexuel.
- **Urinaire** : sang dans les urines, difficultés urinaires nouvelles.
- **Pulmonaire** : toux qui dure plus de 3 semaines, expectoration teintée de sang, particulièrement chez le fumeur ou ex-fumeur.
- **Peau** : grain de beauté qui change de forme, de couleur, de taille, ou qui saigne.
- **ORL** : enrrouement persistant au-delà de 3 semaines, difficulté nouvelle à avaler.

6 — Les dépistages organisés auxquels j'ai droit

Dépistage	Population	Rythme
Cancer du sein	Femmes 50–74 ans	Mammographie tous les 2 ans
Cancer colorectal	Femmes et hommes 50–74 ans	Test à domicile tous les 2 ans
Cancer du col de l'utérus	Femmes 25–65 ans	Prélèvement (3 puis 5 ans)
Cancer du poumon (pilote)	Fumeurs/ex-fumeurs 50–74 ans	Scanner faible dose (5 régions)

7 — Ressources et contacts

- **Institut national du cancer** : cancer.fr — jefaismondepistage.cancer.fr
- **Assurance Maladie** : ameli.fr (invitations dématérialisées disponibles 6 mois)
- **Centre régional de coordination des dépistages (CRCDC)** : un par région, contact via le médecin traitant.
- **fibromyalgies.fr** : pôle Cancer complet (article-socle, Volets 1 à 5, kits patients PDF).

Kit patient FS-01 associé au Volet 5 « Dépistage & retard diagnostique » du pôle Fibromyalgie & Cancer de fibromyalgies.fr — Version 1.0 — 24 septembre 2026. À imprimer recto-verso.