



Fatigue

Fatigué-e à cause d'une tumeur, de la souffrance, ou (trop) fatigué-e pour se battre.....

Andreas Ebnetter, HFR Fribourg

1

Il existe plusieurs types de fatigue



Qu'est-ce que la fatigue pour vous ?



2

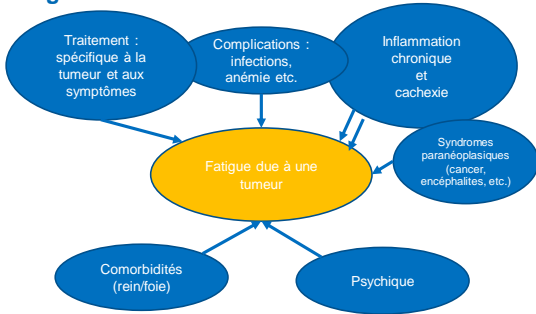
Différences entre fatigue et dépression

	Fatigue	Fatigue due à une tumeur	Dépression
Sur le plan physique	raison réversible diminution après du repos signes précurseurs	Raison irréversible, mais problèmes supplémentaires réversibles dans certains cas Aucune amélioration après s'être reposé ou avoir dormi	raison réversible aucune amélioration après s'être reposé ou avoir dormi
Sur le plan psychique	Eustress, stress	baisse de moral	tristesse, manque d'énergie
Sur le plan social	acceptée, stimulante	fonctionnement au ralenti	fonctionnement au ralenti et repli sur soi
Sur le plan spirituel	Remplit son «rôle»	«rappel de la tumeur»	sentiment de «vide»



3

Pourquoi une tumeur entraîne-t-elle de la fatigue ?



4

Quel est l'effet de la fatigue sur les patients?



25 à 99% des patients souffrant d'une tumeur sont fatigués !

- Effet négatif sur :
- travail
 - vie sociale
 - qualité de vie
 - évtl. aussi sur la survie



www.pixabay.com

5

Quelles explications ?

- **Anamnèse**
 - générale : qualité du sommeil, facteurs de stress, dépistage de la dépression, etc.
 - spécifique : dépistage du risque nutritionnel (« quel est votre niveau de fatigue »), ESAS, BFI (inventaire abrégé de la fatigue)
- **Laboratoire**
 - Hb, électrolyte, CRP, saturation en oxygène, TSH

6

Traitement

- **Non médical**
 - Relâcher la pression, équilibrer les énergies, réduire le stress
 - Discuter de l'hygiène du sommeil
 - Offrir un soutien psychosocial
- **Médical**
 - Traitement des facteurs/maladies réversibles
 - Alimentation: influence mineure mais importante pour le mental
 - Activité physique: essentielle = aspect le plus important (physiothérapie, balades, etc.)
 - Médicaments: cortisone (et év. Ritaline)



7



8
