

La Fatigue de l'enfant et de l'adolescent

AREPEGE

13/11/2014

Docteur Georges Picherot

Très Inspiré du Thema Fatigue

Pédiatrie Pratique n°259 Juin 2014



CENTRE HOSPITALIER UNIVERSITAIRE DE NANTES



Des définitions imprécises et une impossibilité d'évaluation

- **Fatigue** = physiologique : baisse des performances induite par l'effort et réversible par le repos + vécu désagréable incitant à cesser l'effort
- **Fatigabilité** = apparition précoce de fatigue à l'effort
- **Asthénie** = fatigue pathologique, durable, sans cause immédiate, insensible au repos
- **Fatigue chronique** = asthénie > 6 mois

Les adultes on de nombreux mots pour nommer la fatigue

- Je suis
- Abattu, accablé, affaibli,
- Anéanti, brisé, cassé,
- Claqué, crevé, épuisé,
- Ereinté, esquiné, exténué,
- Fourbu, las, harassé,
- A plat,
- Au bout du rouleau
- Etc...



Chez les enfants « Reconnaître la fatigue en fonction de l'âge »

- 0-2 ans somnolence mais souvent paradoxe excitation, pleurs
- 2-6 ans isolement, passivité, repli
- 6-12 ans baisse du rendement scolaire, céphalées, douleurs abdo, troubles du sommeil, malaises.....
- Symptôme plus fréquent à l' Adolescence....lassitude, somnolence diurne, réduction des performances....

- Quelque soit l'âge... 6 à 25%

- **PedsQL™**

Échelle multidimensionnelle de la Fatigue

QUESTIONNAIRE pour le JEUNE ENFANT (5 à 7 ans)



PedsQL™

Échelle multidimensionnelle de la Fatigue

- Très jeune enfant
 - 5 - 8ans
 - 8 -11 ans
 - 11-16 ans
-
- Deux questionnaires Parents Enfants

PedsQL™ Evaluation

Échelle multidimensionnelle de la Fatigue

- 1. Est-ce que tu te sens fatigué(e) ? 0 2 4
 - 2. Est-ce que tu manques de force ? 0 2 4
 - 3. Est-ce que tu te sens trop fatigué(e) pour faire les choses que tu aimes faire ? 0 2 4
 - 4. Est-ce que tu te sens trop fatigué(e) pour passer du temps avec tes copains ou tes copines ? 0 2 4
 - 5. Est-ce que c'est dur pour toi de finir ce que tu as commencé ? 0 2 4
-

Éliminer une pathologie organique..

- Finalement peu de pièges.....
- Rôle essentiel de l'analyse de l'anamnèse et de l'examen clinique (avec constantes et... courbe de croissance)
- **En faveur de l'organicité :**
 - Prédominance vespérale (Adulte ??)
 - Anorexie et/ou amaigrissement francs et rapides
 - Fièvre confirmée et tout autre signe objectif
 - SF précis et caractérisés

Alerte organique

- Âge (mais inquiétude parentale)
- Début brutal
- Association à des symptômes fièvre, arthralgies, myalgies, dyspnée d'effort
- Perte de poids, retentissement staturopondéral
- Et bien sur à des anomalies cliniques.....

Étiologies organiques

- parfois évidentes : infections respiratoires récidivantes ou maladies infectieuses, virales, bactériennes ou parasitaires
- très exceptionnellement endocriniennes (en particulier insuffisance surrénale primitive)
- ou révélatrices de maladies métaboliques, hématologiques, cancéreuses, ou auto-immune (**asthénie rarement isolée**).

Étiologies organiques

Pédiatrie Pratique 2014

- Cardiovasculaires...dyspnée
(M Bensemlali)
- Anomalie musculaire... fatigabilité à l'effort
(H Amthor)
- Troubles du sommeil... importance de
l'interrogatoire sur les rythmes
(H de Leersnyder)
- Dépression
(M Zanotti)

Fatigue de l'enfant

Quand penser à une cause cardio-vasculaire ?

M Besmlali

Symptôme principal non spécifique: dyspnée, **dyspnée d'effort +++**
++++++

⇒ Se méfier des diagnostics d'asthme d'effort non documentés

Retentissements fonctionnel sur les activités quotidiennes

⇒ Autolimitation des activités: se méfier des enfants 'trop calmes'

Insuffisance cardiaque: manifestations différentes selon l'âge

■ Nourrisson: Difficultés alimentaires, dyspnée au biberons, stagnation pondérale

■ Enfants : **Signes de bas débit parfois aspécifiques:** pâleur, ralentissement psychomoteur, douleurs abdominales

Autres symptômes : lipothymies, syncopes à l'effort, cyanose à l'effort, douleurs thoraciques, palpitations, tachycardie isolée

Terrain extracardiaque: retard psychomoteur, maladie musculaire ou métabolique, syndrome génétique, antécédent de chimio-radiothérapie

Fatigue de l'enfant

Quand penser à un trouble du sommeil ?

H de Leersnider

QUAND ÉVOQUER UN TROUBLE DU SOMMEIL ?

- Le nourrisson régule ses besoins de sommeil par les siestes
 - Rythmes ultradiens du nouveau né (veille-alimentation-sommeil)
 - Rythmes circadiens à partir de 3-4 mois: 3 siestes jusqu'à 9 mois, puis 2, puis une sieste l'après midi.
 - Le nourrisson s'adapte à son environnement: réveil du matin, mode de garde (crèche, nourrice, à l'extérieur, à la maison)
 - Le nourrisson est fatigué quand il est malade : son mode de vie doit changer
 - Le nourrisson est fatigué si il a des difficultés d'adaptation: angoisse de séparation, bébé « unsecure », dépression maternelle

QUAND ÉVOQUER UN TROUBLE DU SOMMEIL ?

- Entre 2 et 5 ans:
 - ❑ Causes organiques dominées par les apnées du sommeil
 - ❑ Trouble du sommeil : Difficultés endormissement, réveils nocturnes : enfant rarement fatigué (le parent : oui)
 - ❑ Conditions sociales précaires
 - ❑ Adaptation aux rythmes scolaires : siestes en maternelle: trop ou trop peu?

- Entre 6 et 11-12 ans
 - ❑ Sommeil sous la dépendance de l'horloge circadienne interne, des donneurs de temps et du balancier homéostatique: pression de sommeil
 - ❑ Une fois endormi, l'enfant dort bien, sommeil très récupérateur
 - ❑ Causes organiques: MNI, SAOS, syndrome des jambes sans repos

QUAND ÉVOQUER UN TROUBLE DU SOMMEIL?

Enfant de 6-11 ans :

- Retard de l'heure du coucher:
 - pression scolaire (devoirs)
 - multiples activités péri-scolaires
- Insomnie d'endormissement:
 - Anxiété
 - Difficultés scolaires
 - Conflits familiaux
- Fatigue et dépression : Insomnie ou hypersomnie?
 - Sommeil comme crainte ou comme refuge?

- La fatigue sera souvent le motif de consultation, le manque de sommeil est évoqué, plaçant au deuxième plan les difficultés psychologiques qui en sont pourtant la principale cause

Fatigue de l'enfant

Quand penser à une cause musculaire?

H Amtor

Atelier Fatigue: Quand évoquer une anomalie du muscle ?

(intervenant Helge Amthor, CHU Raymond Poincaré, Garches)

- **La fatigue/fatigabilité musculaire = premier signe d'une maladie neuromusculaire qui nécessite son exploration détaillée.**
- Savoir rechercher
 - * une fatigue associée à une **faiblesse musculaire**
 - * **d'autres signes évocateurs d'une myopathie** : hypertrophie/atrophie musculaire, marche sur la pointe des pieds, intolérance à l'effort, myalgies, crampes musculaires etc..
- Connaître les **antécédents familiaux** et faire **un arbre généalogique** car beaucoup des maladies neuromusculaires sont héréditaires.
- Le dosage de la **CPK sérique** et **l'EMG** sont les premiers examens complémentaires nécessaires. La topographie de l'atteinte musculaire peut orienter vers des sous-groupes de myopathies et le recours à l'IRM musculaire peut être pertinent.
- La **biopsie musculaire** reste l'examen clé pour orienter vers l'analyse génétique.
- Une **analyse moléculaire** permet un diagnostic définitif et un conseil génétique dans de nombreuses myopathies
- Les deux algorithmes ci-joints proposent la démarche pour le diagnostic différentiel des patients fatigués, associé ou non à une faiblesse musculaire.

Fatigue associée avec une faiblesse musculaire

CPK normale ou peu élevée

CPK fortement élevée

Signes cliniques en faveur d'une :

Forte suspicion d'une :

i) Myopathie

ii) Maladie du motoneurone

iii) Myasthénie

Dystrophie musculaire

Suspicion clinique peut être renforcée/orientée par **EMG** avec tracé :
i) myogène; ii) neurogène; iii) **bloc de la jonction neuromusculaire**

Biopsie musculaire

IRM musculaire

Test anticholinestérasique

Dosage anticorps :

Suspicion
d'une
Myasthénie
congénitale

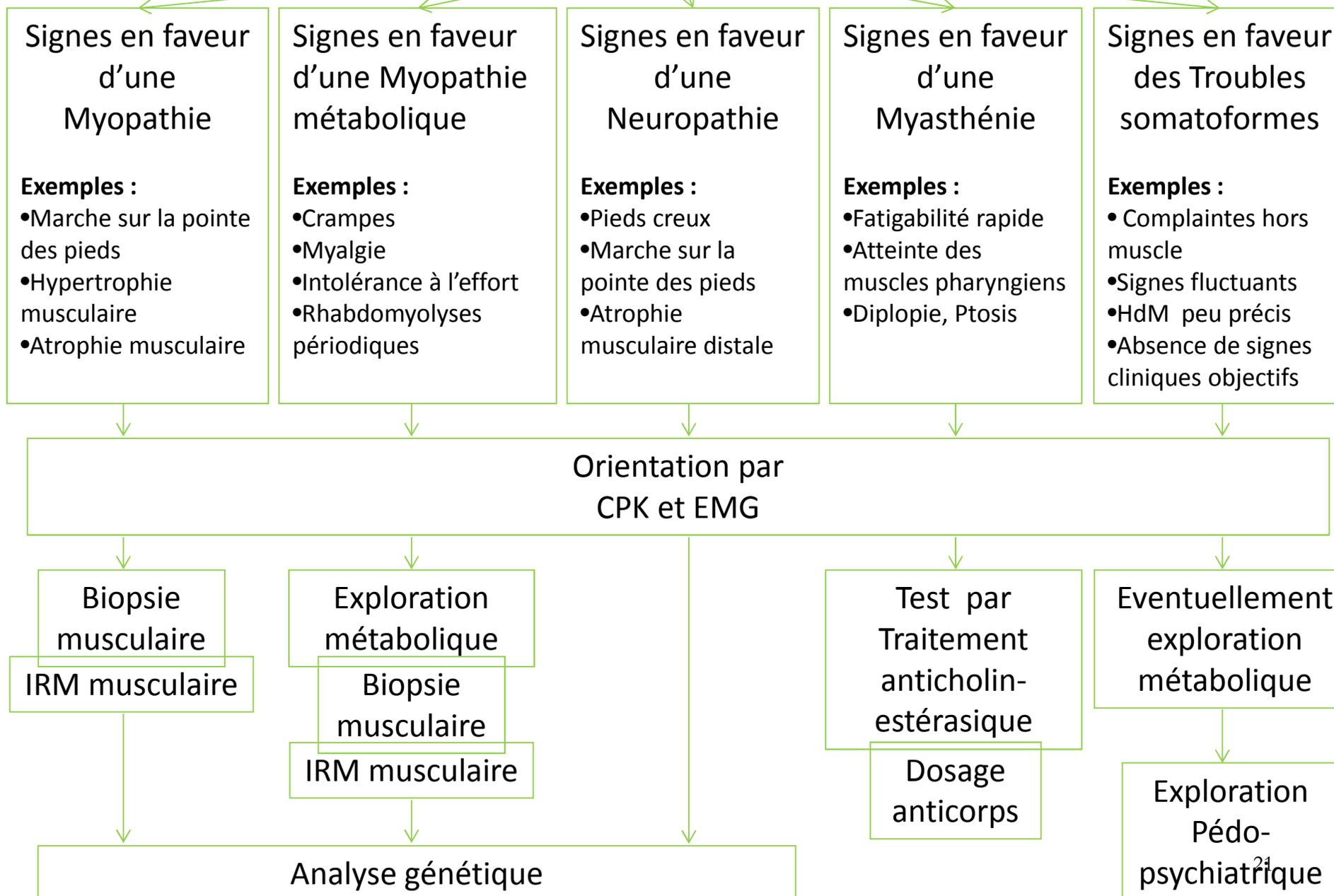
Myasthénie
auto-immune
+/-
anticorps
détectés

Biopsie musculaire

IRM musculaire

Analyse génétique

Fatigue sans faiblesse musculaire évidente à l'examen clinique initial



Fatigue de l'enfant

Quand penser à une dépression ?

M Zanotti

La fatigue et les dépressions de l'enfant et de l'adolescent

- Nous l'entendrons plus comme un signe qu'un symptôme en raison de son absence de spécificité dans les troubles psychiques.
- La valeur symptomatique émerge de sa présence au milieu d'une nébuleuse d'autres.
- La dynamique temporelle est essentielle car c'est la rupture avec l'état antérieur qui est hautement signifiante.

La fatigue, signe inconstant dans les dépressions de l'enfance et de l'adolescence

- La fatigue est plus l'apanage des adolescents que celui des enfants qui, paradoxalement, peuvent être agités voire hyper-kynétiques.
- La fatigue avec sa cohorte de ralentissement, adynamie, pauvreté des échanges, risque de passer inaperçue chez l'enfant sage et timide, notamment chez la petite fille.
- Chez les petits, l'inconstance de ce signe appelle une large attention du clinicien, en particulier à des plaintes somatiques dépourvues de substrat comme signe d'appel.

Pas de bilan Idéal...Toujours après anamnèse et examen clinique

- NFS- CRP VS –Bilan hépatique
- LDH
- CPK
- Fer ferritine...
- RP
- IDR tubertest
- Sérologies :EBV, hépatites; Mycoplasme etc.....
- Et... Echo abdo...iono ...

Facteurs environnementaux

- Inadaptation rythmes personnels et rythmes imposés
- Contraintes familiales et scolaires....
- Inadaptation au rythmes biologiques < 2ans
- Sommeil court de l'ado ousommeil inadapté (WE)
- Egalement conditions particulières de sommeil



Facteurs psy...

- La dépression ou dépressivité
- A tous les âges
- Parfois ajoutée à maladie chronique



Cas particulier des adolescents

Adolescents...fatigue

- 20.5 % des filles
- 6.5% des garçons
- Facteurs prédictifs :
sommeil et sport
- Filles dépression :
règles, CFS
- TIC ?
- Garçons: abandon du
sport
- Durée = sévérité

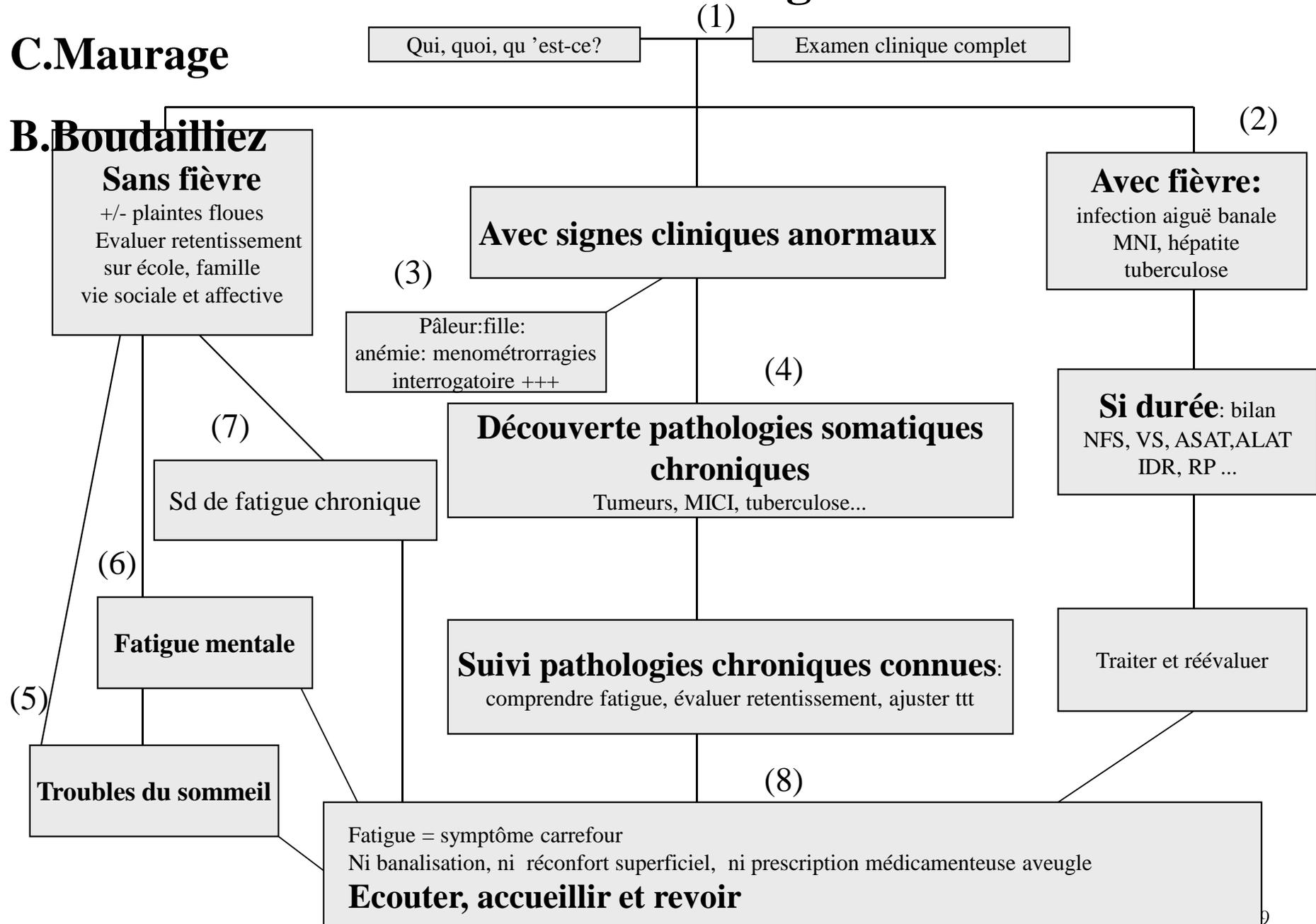


S. Lemerle

Adolescent fatigué PAP 2009

C. Maurage

B. Boudailliez



PEDIATRICS®

Severe Fatigue in Adolescents: A Common Phenomenon?
Maïke ter Wolbeek, Lorenz J.P. van Doornen, Annemieke Kavelaars and Cobi J.
Heijnen

- « high prevalence rates of severe fatigue in adolescents.
- **20.5% of girls and 6.5% of boys.**
- highly significant gender differences were found in comorbid depression and anxiety and in reported CFS-related symptoms.....
- lifestyle characteristics played only a minor role in the explanation of the level of fatigue.
- Adolescent girls, however, seem to be more vulnerable for symptoms of fatigue and comorbidity than boys.
- relation to lower age at menarche and the age gradient.
- Fatigue duration was associated with the severity of fatigue
- **hypothesis that enduring severe fatigue may form a risk factor for the development of CFS (syndrome de fatigue chronique) »**

2006

Le syndrome de fatigue chronique .. existe t'il ??? A Bourrilon

- Hypothèses pathogéniques nombreuses !!!
(ou pataugéniques...!) HHV6 et autres
- Rôle de la durée de la fatigue initiale
↓ ↓ ↓
- Analogie très forte et association avec
Fibromyalgie ???

Le Syndrome de Fatigue Chronique en 4 points (A Bourrillon)

- Critères diagnostics imprécis (durée 6mois, non lié à l'effort, troubles du sommeil, douleurs ?)
- Association à Fibromyalgie (adultes?)
- Approches physiopathologiques discutables
- Contours flous et bon pronostic chez l'enfant (≠ Adulte)

Cas cliniques

Diane 9ans

- Asthénie depuis 6 mois...apathie
- Antécédents familiaux RAS
- Personnel 1 épisode diarrhéique aec rectoraux il y a un an
- Perte 1 kg en 1 an
- Diarrhée .
- Examen hépatomégalie splénomégalie

Suite Diane

- Hypoalbuminémie ,
hypergammaglobulinémie
- ALAT ASAT X 10
- Pancolite inflammatoire
- AAN positifs 1/1280 AML +
- Hépatite auto-immune avec rectocolite
hémorragique
- Imurel/Corticothérapie

Stéphanie 14 ans

- Asthénie ++++
- Perte de poids 10 kg en 6 mois
- BMI 15 (initial 22)
- Aménorrhée depuis 4 mois
- Tri alimentaire+++
- Bilan
- TCA Anorexie Mentale
- Récupération mais asthénie persistante
- Adaptation scolaire

Claire 4 ans 6 mois

- Fatigue depuis quatre mois
- Douleurs musculaires
- Fatigabilité à la marche..
- Après deux mois Éruption visage dos des mains
- Diminution de force musculaire ceintures
- CPK X 10
- IRM musculaire pas d'EMG ni biopsie
- Dermatomyosite

Jimmy..15 ans

- Fatigue
- Réveil 12h à 14 h
- Absentéisme scolaire
- Examen clinique normal
- Rythme de vie 22h-3h internet
- Repas Midi ...Soir seul
- Repli dépression

Thomas 16 ans (A Bourrillon)

- Aucune antécédent
- Asthénie à début brutal avec sommeil de 10 heures non réparateur..
- Impossibilité d'activité physique , difficultés de concentration
- Bilan exhaustif normal
- Bilan pédopsychiatrique : « aucun syndrome dépressif ni conversif »
- 18 mois d'asthénie soutien avec relaxation
- puis retour presque brutal à une activité normal (école et activités)

- Dg ??? Fatigue Chronique ???

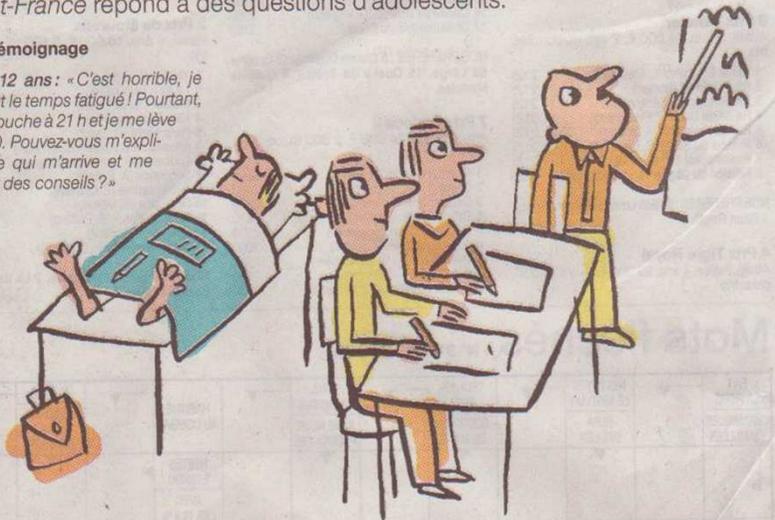
Merci pour votre attention

Je suis trop fatigué !

Chaque mercredi, en collaboration avec les magazines *Okapi* et *Phosphore*, *Ouest-France* répond à des questions d'adolescents.

■ Un témoignage

Hugo, 12 ans : « C'est horrible, je suis tout le temps fatigué ! Pourtant, je me couche à 21 h et je me lève à 7 h 30. Pouvez-vous m'expliquer ce qui m'arrive et me donner des conseils ? »



■ La réponse d'Okapi

médecin : il y a peut-être un problème d'horloge ou de surcharge qui... N'hésite pas à te faire aider pour cela : en allant voir l'infirmière du col-

