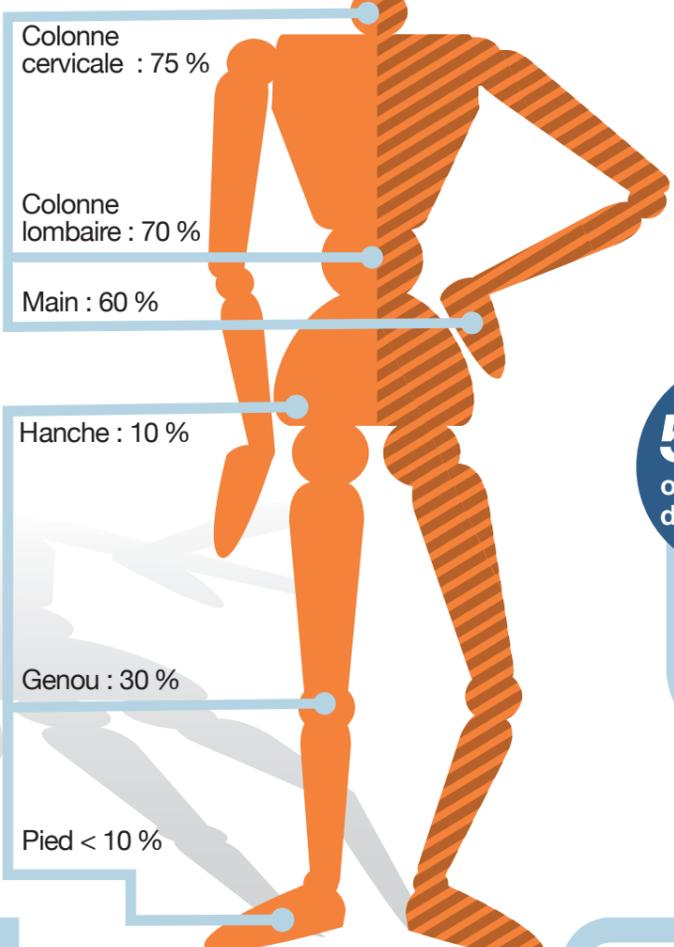




JOURNÉE MONDIALE DE L'ARTHROSE

C'EST LA JOURNÉE DE VOS PATIENTS ARTHROSIQUES COMMENT PENSEZ-VOUS LES ACCOMPAGNER ?

Principales localisations de l'arthrose⁽²⁾



Les maux

L'arthrose : LA plus fréquente des MALADIES articulaires⁽¹⁾

Cette pathologie chronique et dégénérative altère la qualité de vie des patients par la douleur et le handicap qui en résultent.⁽¹⁾

Les mots

Prise en charge globale de l'arthrose des membres inférieurs

Elle repose sur l'association de :

MESURES NON PHARMACOLOGIQUES⁽⁴⁾

1^{res} mesures à mettre en place

Les chiffres⁽³⁾

1^{re} cause de handicap chez l'adulte de plus de 40 ans

52% des patients sont inquiets quant à l'incertitude de l'évolution de la maladie

54% ont peur du handicap

90% des malades expriment que la douleur est de loin la première difficulté de cette maladie

TRAITEMENTS PHARMACOLOGIQUES⁽⁴⁾

- À ajouter durant les phases symptomatiques
- En 1^{re} ligne les antalgiques, en commençant par le paracétamol⁽⁵⁾
 - Les anti-inflammatoires non-stéroïdiens par voie orale : lors des poussées aiguës en cures courtes et à doses minimales efficaces⁽⁵⁾
 - Les topiques locaux⁽⁴⁾
 - Les injections intra-articulaires⁽⁴⁾
 - Les anti-arthrosiques symptomatiques d'action lente⁽⁴⁾



Mesures hygiéno-diététiques⁽⁵⁾

- Activité physique régulière
- Réduction du surpoids



Kinésithérapie⁽⁵⁾



Mesures orthopédiques⁽⁵⁾

- Port de chaussures appropriées, d'orthèses
- Utilisation de cannes

Ne pas se fier aux apparences

Les compléments alimentaires ne sont pas des médicaments et ne constituent pas une alternative aux médicaments. Les substances entrant dans leur composition n'exercent pas d'action thérapeutique.⁽⁶⁾

RÉFÉRENCES

1. De Jaeger C, Cherin P. L'arthrose : une nouvelle maladie inflammatoire ? Actualités fondamentales et thérapeutiques. *Médecine et Longévité*. 2011;3(3):116-36.
 2. Société française de rhumatologie (SFR). *Qu'est-ce que l'arthrose ? Dossier Arthrose 2005* [en ligne]. [Consulté le 26/07/2017]. Disponible à l'adresse : http://www.rhumatologie.asso.fr/04-Rhumatismes/grandes-maladies/0B-dossier-arthrose/A0_definition.asp
 3. Association française de lutte antirhumatisme (AFLAR). Bougeons-nous contre : l'arthrose, une maladie grave ! Livre blanc des États Généraux de l'Arthrose 2015-2016.
 4. Syndicat national des médecins rhumatologues, Société française de rhumatologie, Collège français des médecins rhumatologues. Livre blanc de la rhumatologie française 2015.
 5. Haute Autorité de santé (HAS). Prise en charge de l'arthrose : le paracétamol en première intention lors des crises douloureuses. Mars 2014.
 6. Ministère des Solidarités et de la Santé. *Compléments alimentaires* [en ligne]. [Consulté le 26/07/2017]. Disponible à l'adresse : <http://solidarites-sante.gouv.fr/sante-et-environnement/denrees-alimentaires/article/compléments-alimentaires>