

La douleur de l'arthrose est le plus souvent une douleur mécanique augmentée par la mobilisation et la mise en charge de l'articulation et calmée par le repos.

Elle évolue de façon imprévisible avec des poussées douloureuses aiguës où la douleur peut prendre une allure inflammatoire avec la persistance de douleurs au repos.

La priorité du traitement est la prise en charge de la douleur avec une large gamme de moyens.

L'intensité de la douleur est évaluée à l'aide d'échelles (échelle visuelle analogique).

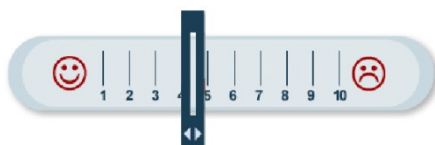
L'efficacité des différents traitements est évaluée à l'aide des mêmes échelles et d'indices comme l'indice fonctionnel de Lequesne qui prend en compte le handicap dont les 2 composantes sont la douleur et la raideur.

Trois types de mesures « gèrent » la douleur.

Les mesures non médicamenteuses

Elles consistent en :

- Entretien de la condition physique par une activité aérobie (sans essoufflement) et réduction d'une éventuelle surcharge pondérale.
- Exercices de mobilisation articulaire et de renforcement musculaire, dans un premier temps sous le contrôle d'un kinésithérapeute puis seul (le patient répète chaque jour les exercices appris).
- Orthèses (attelles de repos, genouillères, semelles orthopédiques...) et aides techniques (cannes).
- Lavage articulaire pour débarrasser l'articulation (principalement celle du genou) des débris cartilagineux, microcristaux et substances diverses.



Les médicaments

Quatre types de médicaments sont utilisés.

- Au premier rang : les antalgiques (et essentiellement le paracétamol).
- Les anti-inflammatoires non stéroïdiens, prescrits lors des poussées, en cures courtes et en prenant en compte les contre-indications et précautions d'emploi. Si nécessaire les anti-inflammatoires (sous forme de corticoïdes) sont injectés dans l'articulation douloureuse, sans dépasser 3 injections par an.
- Les anti-arthrosiques symptomatiques d'action lente (AASAL) en traitement de fond avec des résultats retardés sur le soulagement de la douleur, mais prolongés au-delà de l'arrêt du traitement.
- Les injections intra-articulaires d'acide hyaluronique.

La chirurgie

La mise en place d'une prothèse dans le genou ou dans la hanche est le dernier palier de la prise en charge de la douleur.

Il est franchi lorsque les mesures non médicamenteuses et médicamenteuses sont devenues insuffisantes pour soulager le patient.

L'essentiel reste que la prise en charge de la douleur soit un **traitement individualisé** prenant en compte :

- la localisation de l'arthrose
- l'âge et la qualité de vie du patient