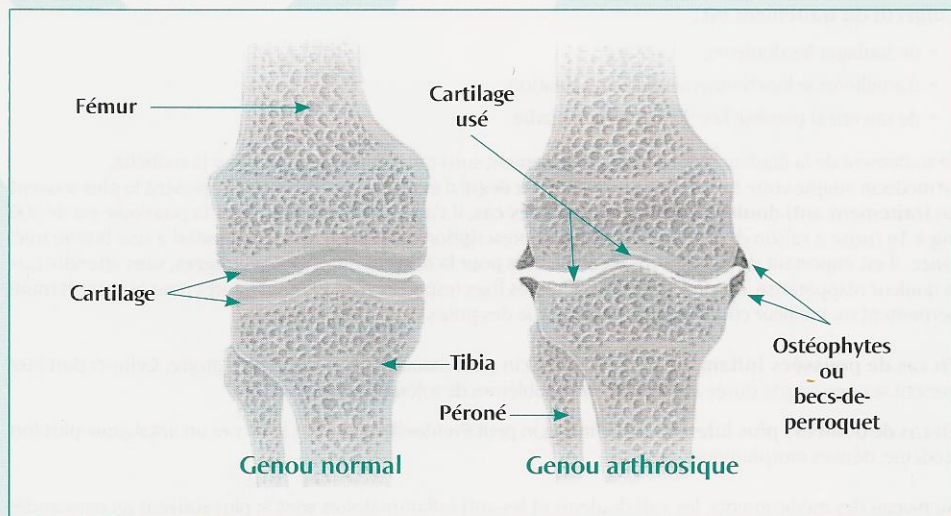


Arthrose

À savoir

L'arthrose se caractérise par une douleur chronique et de la raideur d'une ou plusieurs articulations, en particulier celles des mains, de la colonne, des hanches, des genoux et des pieds. Il n'existe pas de traitement pouvant ralentir ou prévenir l'arthrose mais seulement des traitements qui permettront de faciliter les mouvements et accroître la mobilité des articulations.



Quelles sont les causes ?

L'origine de l'arthrose repose sur la dégénérescence du cartilage qui termine une articulation sous la forme d'une zone de tissu différente de l'os et permettant à la fois les mouvements et l'absorption des chocs. Lorsque le cartilage est atteint, dans un premier temps, il « cicatrise » mais au long cours, et surtout à partir d'un certain âge, l'organisme ne peut plus réparer ces lésions. L'arthrose alors s'aggrave : perte de cartilage de plus en plus importante et répercussion sur tous les tissus de l'articulation (os, ligaments, etc.).

Quels sont les facteurs de risque ?

Des facteurs génétiques : il existe « des familles arthrosiques »

L'obésité : l'excès de poids augmente les contraintes sur le cartilage (= surcharge) et favorise l'apparition de l'arthrose et son aggravation.

Les traumatismes : exemple : l'ablation d'un ménisque ou une fracture du genou pour l'arthrose du genou.

Le surmenage articulaire : le sport de haute compétition sollicite excessivement les articulations (ex. : genoux chez le footballeur).

Quels sont les symptômes ?

Ils apparaissent, en général, lentement. Le plus souvent on retrouve : la douleur ressentie comme profonde, la raideur surtout matinale (quand vous vous levez de votre lit), la limitation des mouvements de flexion, apparition de nodules au niveau des mains, le gonflement est plus fréquent dans les articulations des genoux, etc. Cette douleur intermittente ne se manifeste pas la nuit en l'absence d'inflammation.