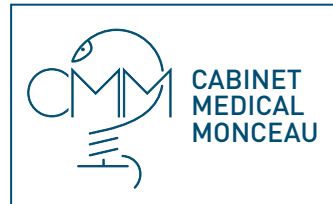




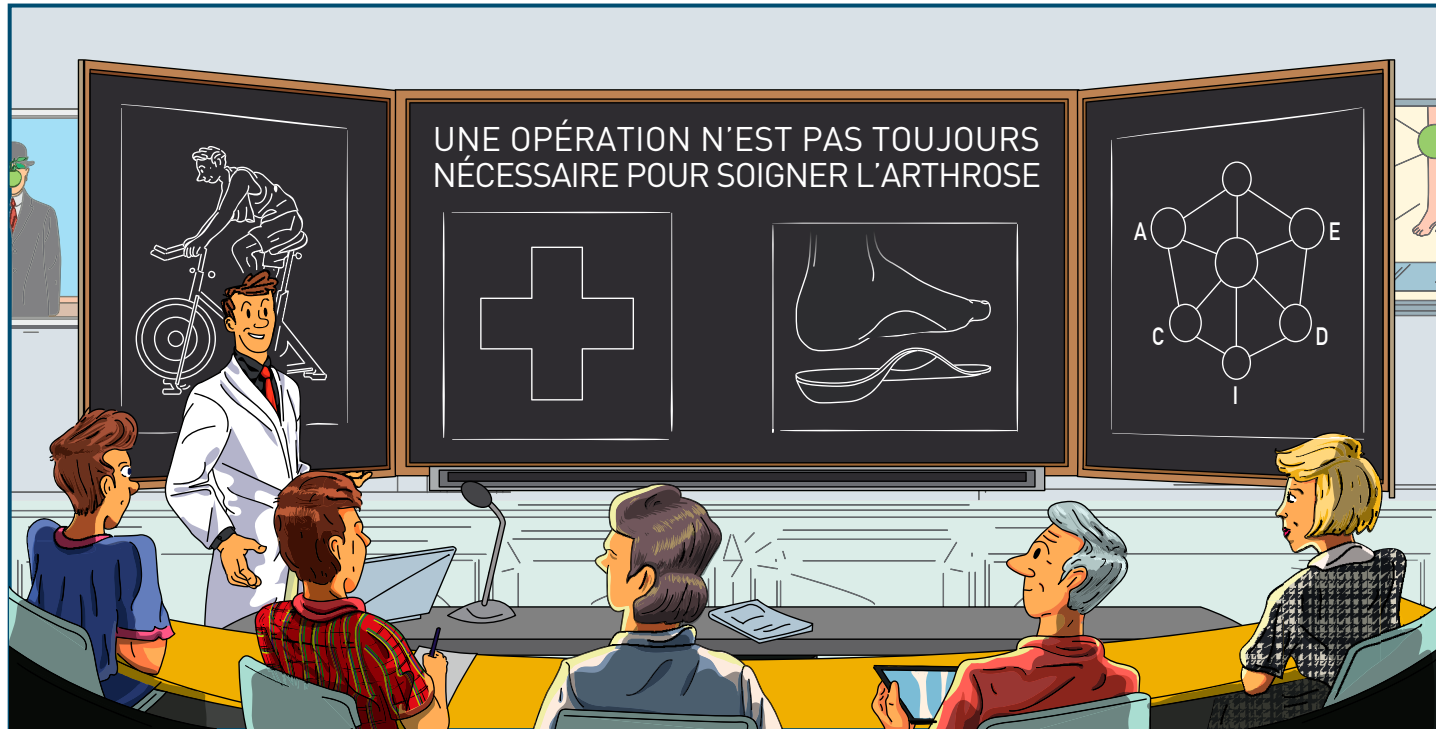
DR. GUY MYLLE

Chirurgie Orthopédique



Présente

Les traitements de l'arthrose sous différentes fiches



TRAITEMENT DE L'ARTHROSE

/ LES TRAITEMENTS NON CHIRURGICAUX

FICHE N°3

INTRODUCTION

Mes Chers Patients,

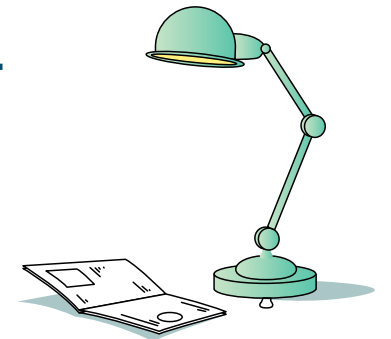
J'ai fait cette explication de l'arthrose afin de faciliter la compréhension de cette pathologie. En effet l'arthrose est une usure du cartilage qui peut survenir à tout âge et qui a plusieurs causes.

Pendant cette présentation du traitement de l'arthrose, nous allons parcourir l'anatomie à son début, qui est l'anatomie normale, en allant vers l'explication et la compréhension de ce qu'est l'usure du cartilage pour finir en vous expliquant les différents traitements.

Toute cette explication est également consultable sur le site :

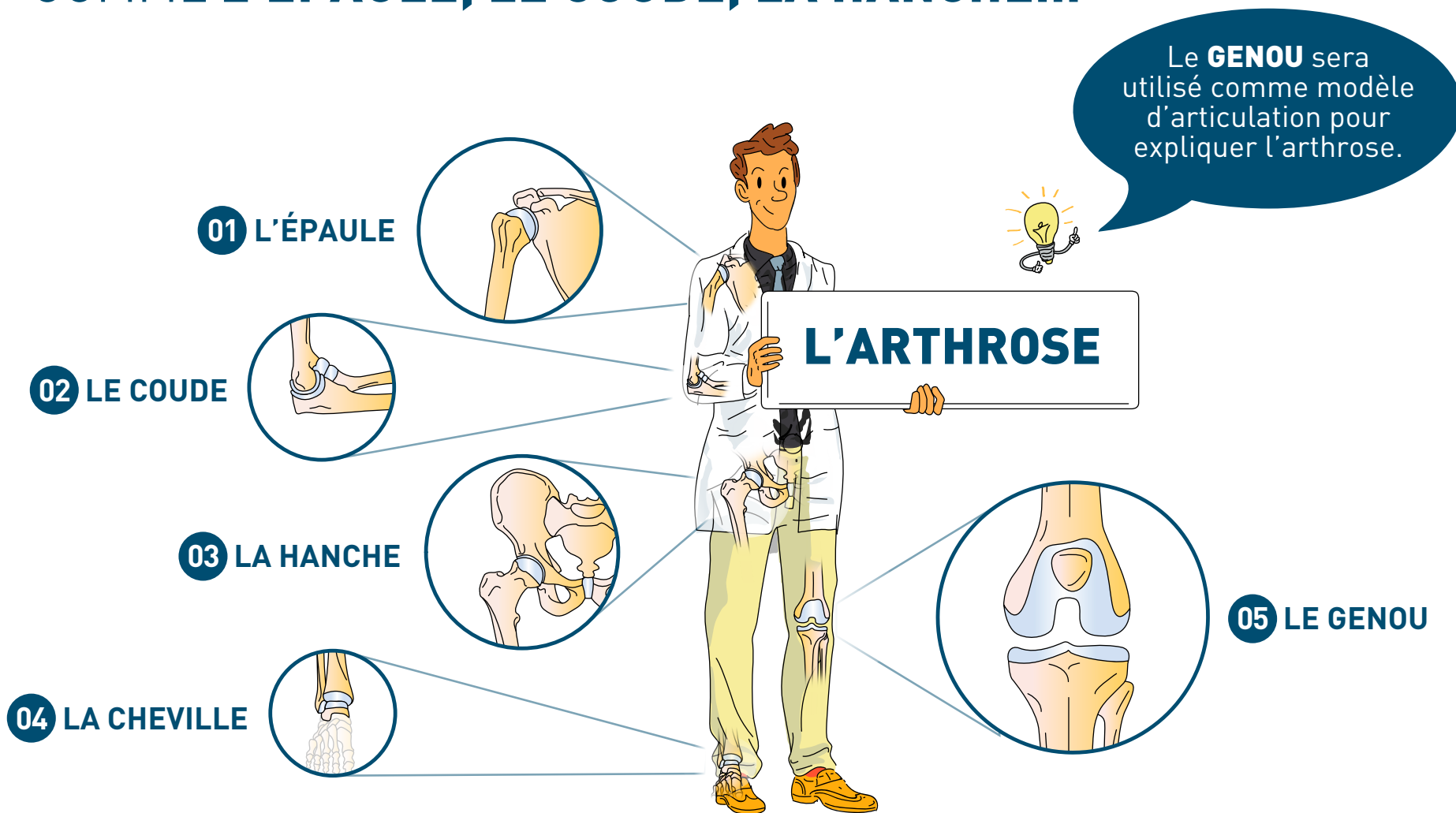
www.clinique-orthopedique-paris.com

Dr.Mylle



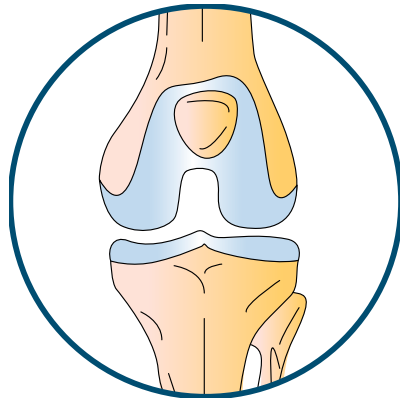
RAPPEL ANATOMIQUE

- L'ARTHROSE PEUT AFFECTER TOUTE ARTICULATION, COMME **L'ÉPAULE, LE COUDE, LA HANCHE...**

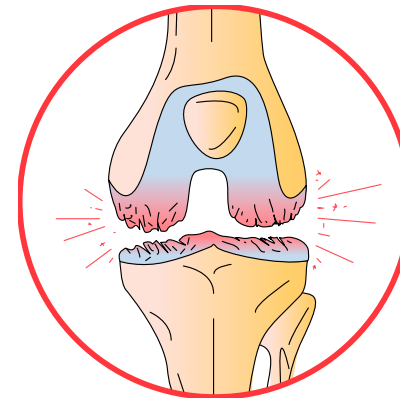


- **L'ARTHROSE** SIGNIFIE **L'USURE DU CARTILAGE** OU LA DISPARITION PROGRESSIVE DU CARTILAGE.

LA CHONDROPATHIE est le terme utilisé par le corps médical pour l'arthrose.



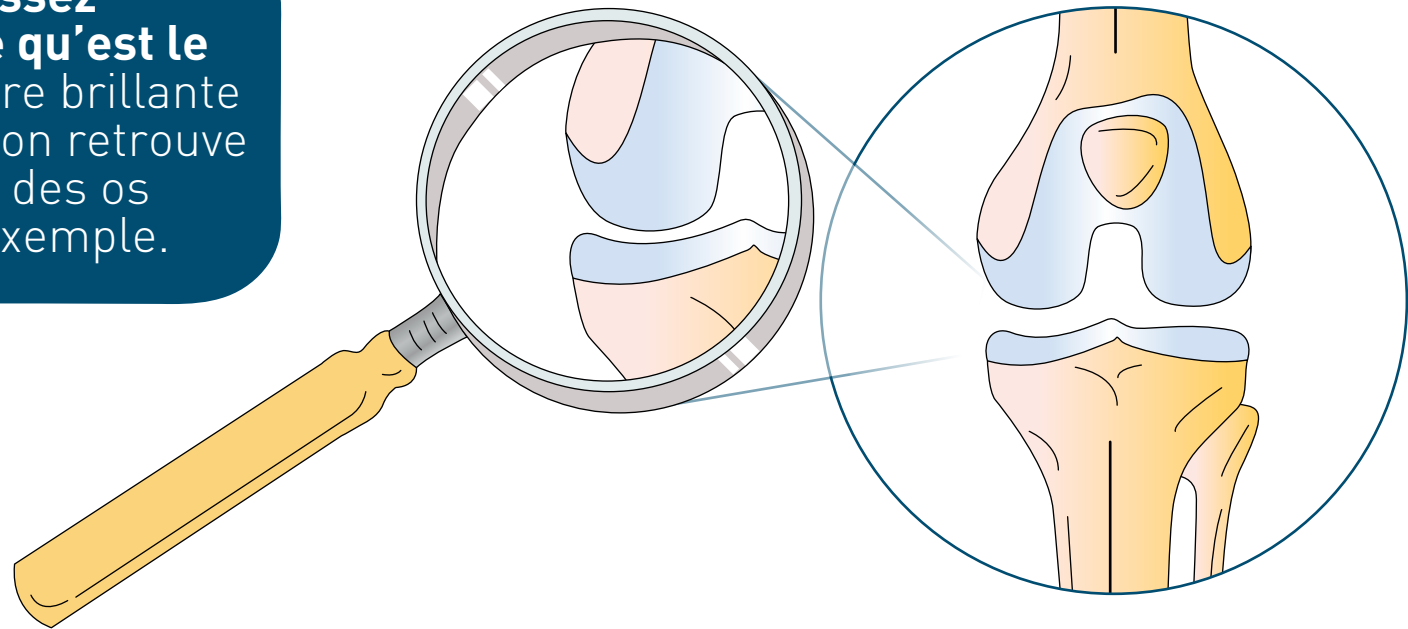
On parle plutôt de **CHONDROPATHIE** dans les stades débutants et d'**ARTHROSE** dans les stades évolués.



- LE **CARTILAGE** ARTICULAIRE EST UN **TISSU NACRÉ** QUI RECOUVRE LES OS AU **NIVEAU DES ARTICULATIONS.**

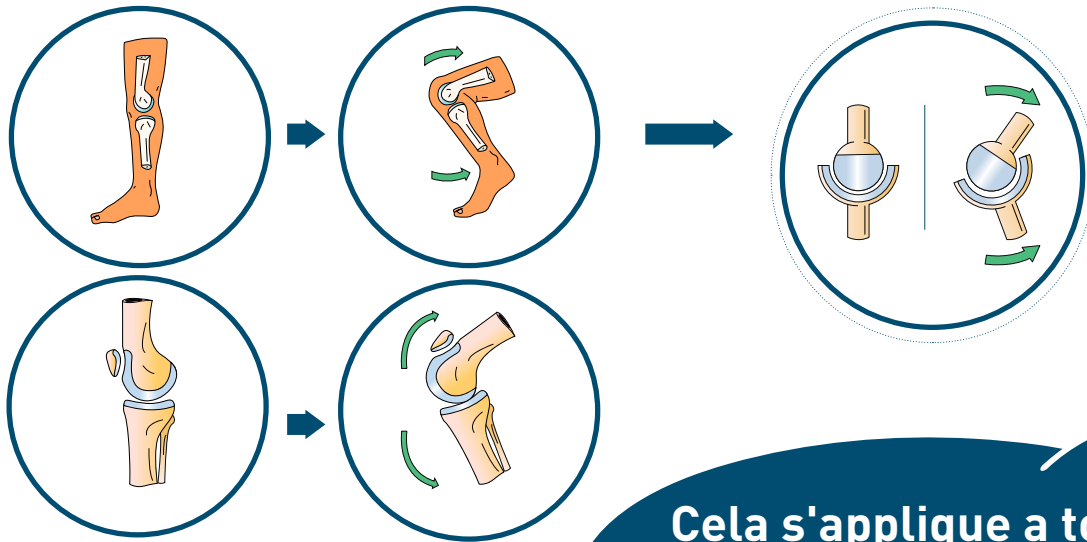
→ C'est donc une couverture de l'os à ses extrémités, là où les os bougent ou s'articulent. D'où le nom de cartilage articulaire.

Vous connaissez d'ailleurs tous ce qu'est le cartilage : la matière brillante et blanchâtre que l'on retrouve aux extrémités des os de volaille par exemple.



- **EN ABSENCE DE LÉSION (CARTILAGE SAIN), LES 2 SURFACES DU CARTILAGE SONT CONGRUENTES ET S'EMBOÏTENT PARFAITEMENT.**

→ Elle se touchent, s'accordent (congruence), et la mobilité se fait sans douleur.

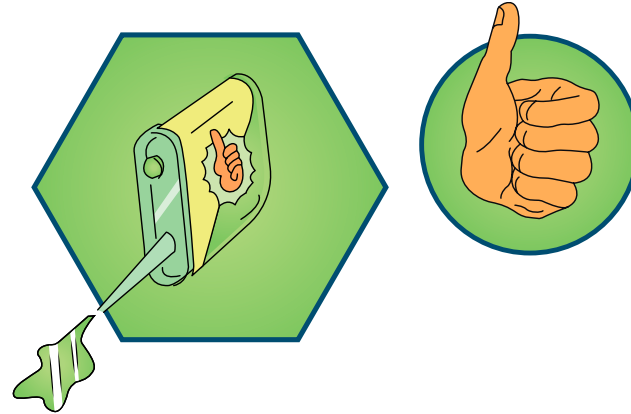
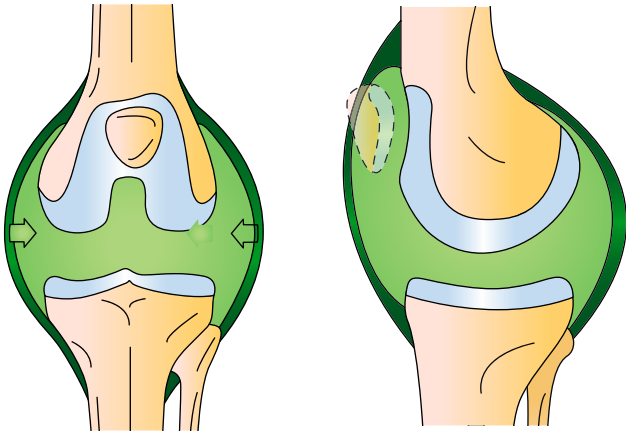


Cela s'applique à toutes les articulations de notre corps, comme pour l'épaule par exemple.



- L'ARTICULATION EST ENVELOPPÉE PAR UNE **MEMBRANE SYNOVIALE** OU **CAPSULE ARTICULAIRE** QUI PRODUIT LE **LIQUIDE ARTICULAIRE**, QUE L'ON PEUT COMPARER À UNE **HUILE LUBRIFIANTE**.

LA FONCTION DE CE LIQUIDE EST DE NOURRIR LE CARTILAGE ET LE LUBRIFIER ET DONC ÉVITER SON USURE.



Liquide articulaire
ou Huile lubrifiante



Membrane synoviale
ou capsule articulaire

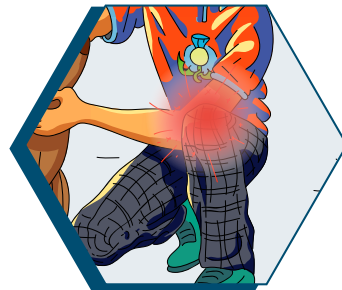
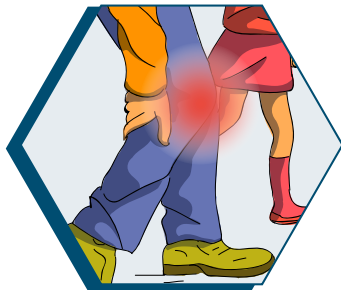
**Ce liquide articulaire
contient principalement de
L'ACIDE HYALURONIQUE.**



QUELS SONT
LES SYMPTÔMES ?

- APRÈS UNE PÉRIODE INDOLORE, LES PREMIERS SYMPTÔMES APPARAISSENT: **LA DOULEUR, LA PERTE PROGRESSIVE DE MOBILITÉ ET LA SENSATION DE GONFLEMENT DE L'ARTICULATION CONCERNÉE.**

ON PEUT AVOIR ALORS L'IMPRESSION QUE **LE GENOU GONFLE, BLOQUE, CRÂQUE OU LÂCHE.**



CES SYMPTOMES
peuvent avoir des
répercussions sur la vie
quotidienne !

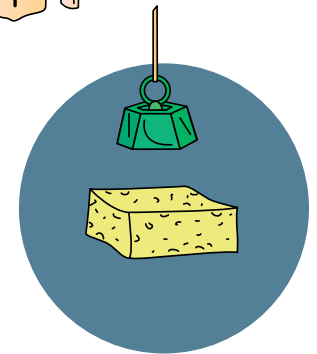
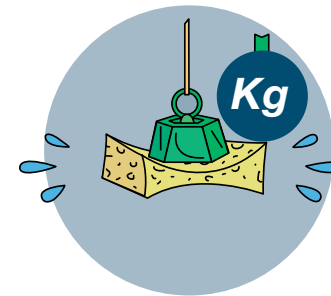
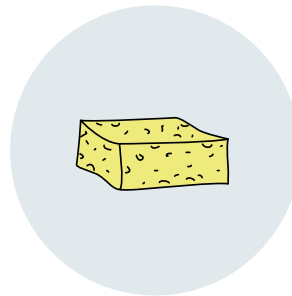
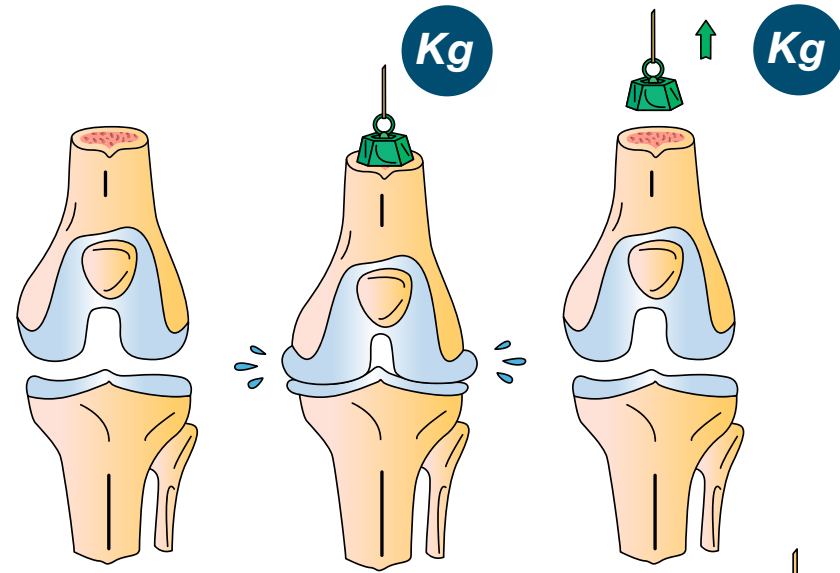


- **LE CARTILAGE EST UN TISSU ÉLASTIQUE QUI ABSORBE LES CHOCS.**
IL EST DONC L'AMORTISSEUR DE L'ARTICULATION ET PERMET UNE MOBILITÉ SANS DOULEUR.

Le cartilage n'étant pas vascularisé, il n'a pas la capacité de se régénérer naturellement. On ne le reçoit donc qu'**UNE SEULE FOIS DANS LA VIE**, à la naissance.

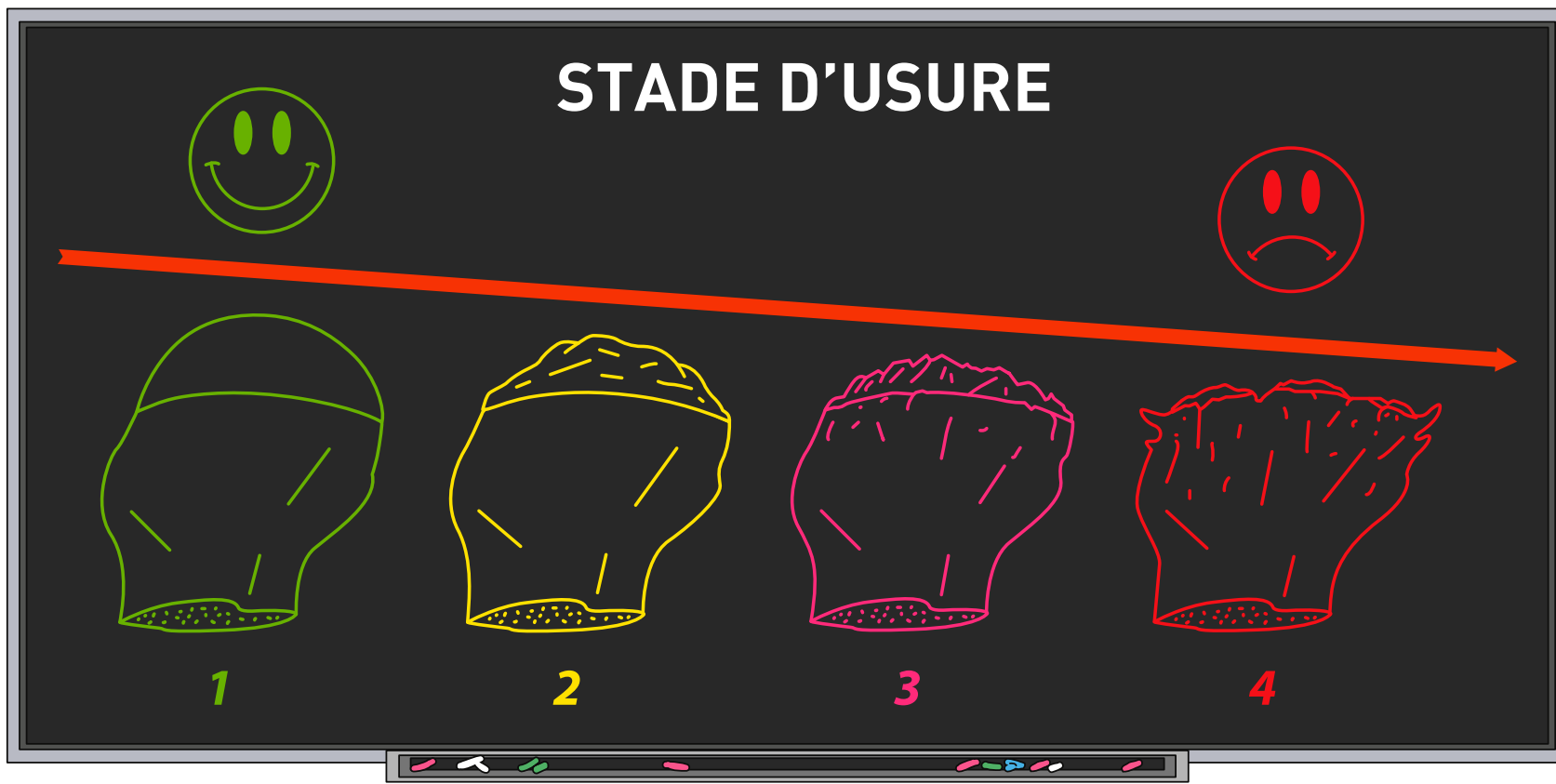


LE COLLAGÈNE ET L'EAU SONT INDISPENSABLES À LA BONNE ÉLASTICITÉ DU CARTILAGE.

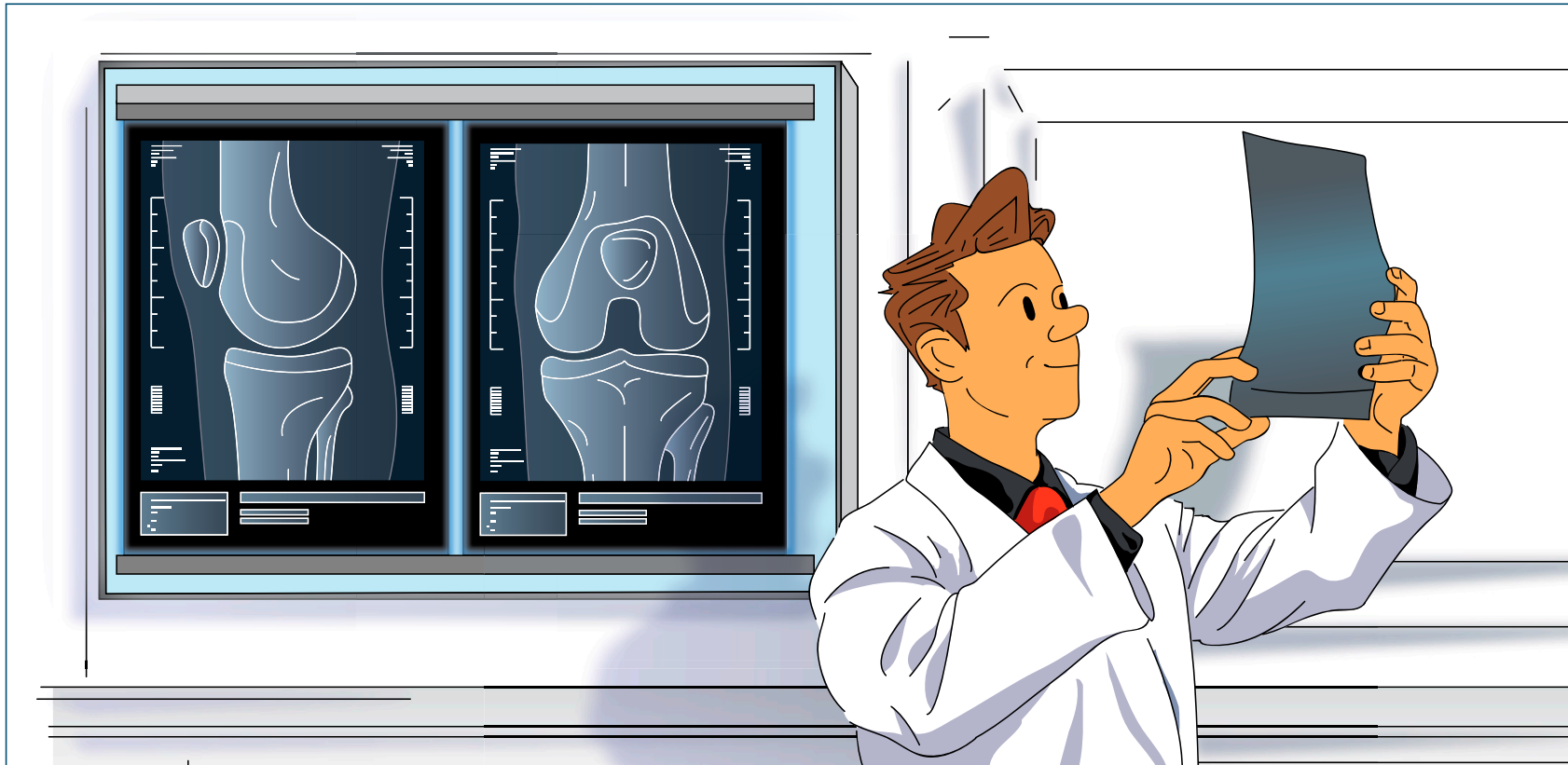


COMMENT DIAGNOSTIQUER **LA CHONDROPATHIE ?**

- UNE **CONSULTATION** AUPRÈS DE VOTRE MÉDECIN VA PERMETTRE **D'ÉVALUER VOTRE DOULEUR** ET LA MOBILITÉ DE VOTRE ARTICULATION, ET POSER **LE BON DIAGNOSTIC**.



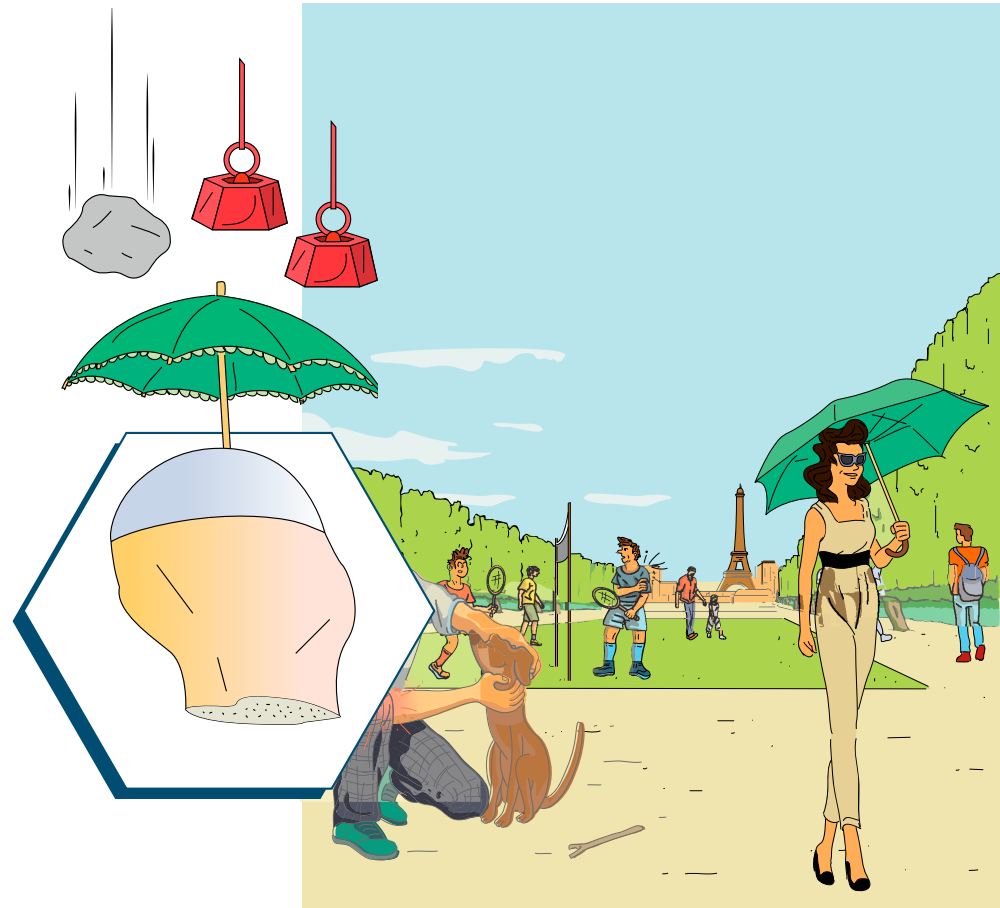
- **L'IMAGERIE MÉDICALE (RADIOGRAPHIE, SCANNER, IRM) EST UN OUTIL NÉCESSAIRE POUR ÉVALUER L'ÉPAISSEUR DU CARTILAGE ET DIAGNOSTIQUER LE STADE DE VOTRE CHONDROPATHIE.**



QUELS SONT
LES TRAITEMENTS ?

- **LA CHONDROPATHIE** DOIT ÊTRE PRISE EN CHARGE DE MANIÈRE GLOBALE AFIN DE RETARDER, STABILISER OU PRÉVENIR SON APPARITION : **LE CARTILAGE DOIT ÊTRE PROTÉGÉ.**

**UN TRAITEMENT APPROPRIÉ
DOIT ÊTRE MIS EN PLACE DÈS
LES PREMIERS SIGNES
DE GÊNE OU DE SOUFFRANCE.**



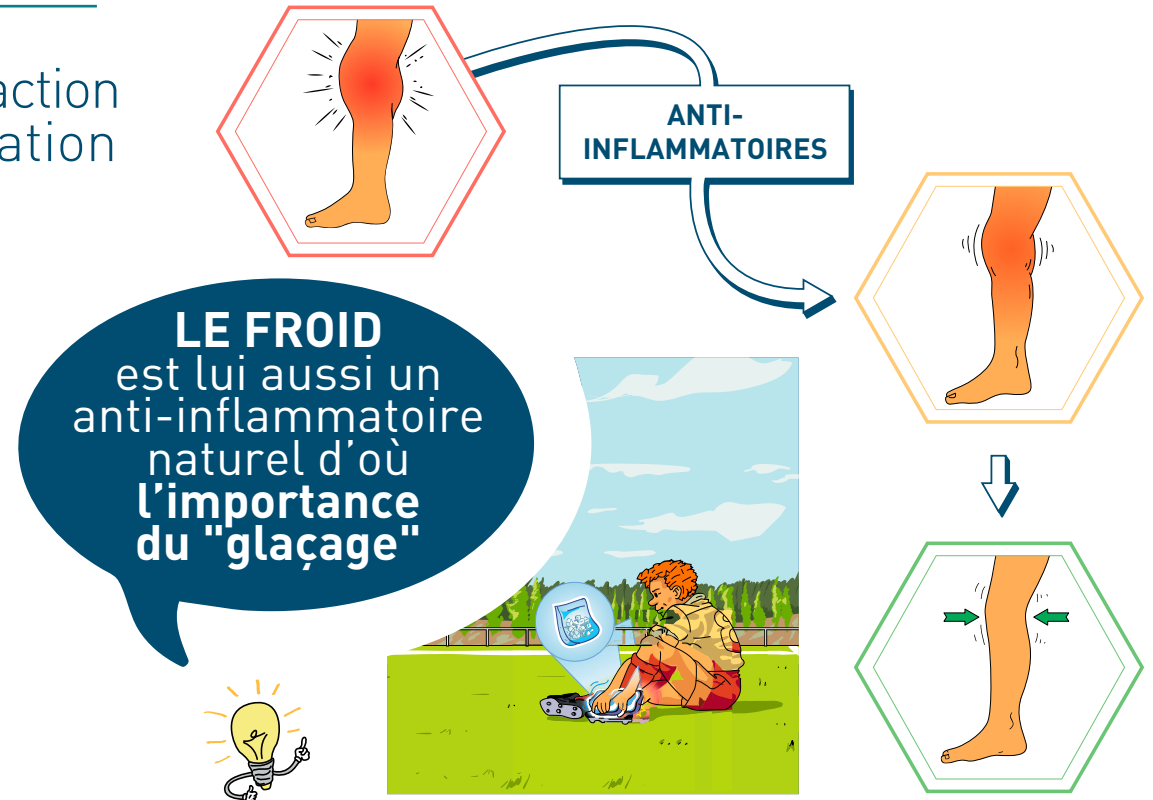
• ON DISTINGUE PRINCIPALEMENT 4 DIFFÉRENTS TRAITEMENTS:

1. LES ANTI-INFLAMMATOIRES:

→ Il est possible de diminuer la réaction inflammatoire par l'administration d'anti-inflammatoires.

|| ON DISTINGUE 2 TYPES D'ANTI-INFLAMMATOIRES:

- 1 • Les anti-inflammatoires **non stéroïdiens.**
- 2 • Les anti-inflammatoires **stéroïdiens (corticoïde).**



1. LES ANTI-INFLAMMATOIRES NON STÉROIDIENS (AINS)

Ils sont administrés par voie orale
(comprimés).

Il est préférable de les prendre au milieu du repas et de les combiner avec un protecteur gastrique afin d'éviter des brûlures d'estomac voire des complications digestives plus graves.

2. LES ANTI-INFLAMMATOIRES STÉROIDIENS OU CORTICO-STÉROIDIENS

Ils sont administrés localement par injection
(**infiltration**) dans l'articulation douloureuse.

ILS DIMINUENT L'INFLAMMATION DES TISSUS (MUSCLE, TENDON, LIGAMENT, CARTILAGE...) ET EN MÊME TEMPS CALMENT LA DOULEUR.



Ce sont des **MÉDICAMENTS**
qui doivent être prescrits par
un médecin afin de s'assurer
**DU BON DOSAGE ET DE LA
BONNE INDICATION.**

2. LES CHONDROPROTECTEURS (protecteurs de cartilage) :

Ce traitement apporte aux articulations et au corps un complément moléculaire dont la production est également naturelle.

Ce sont les chondroprotecteurs:

GLUCOSAMINE, CHONDROITINE, ACIDE HYALURONIQUE ET PRP*.

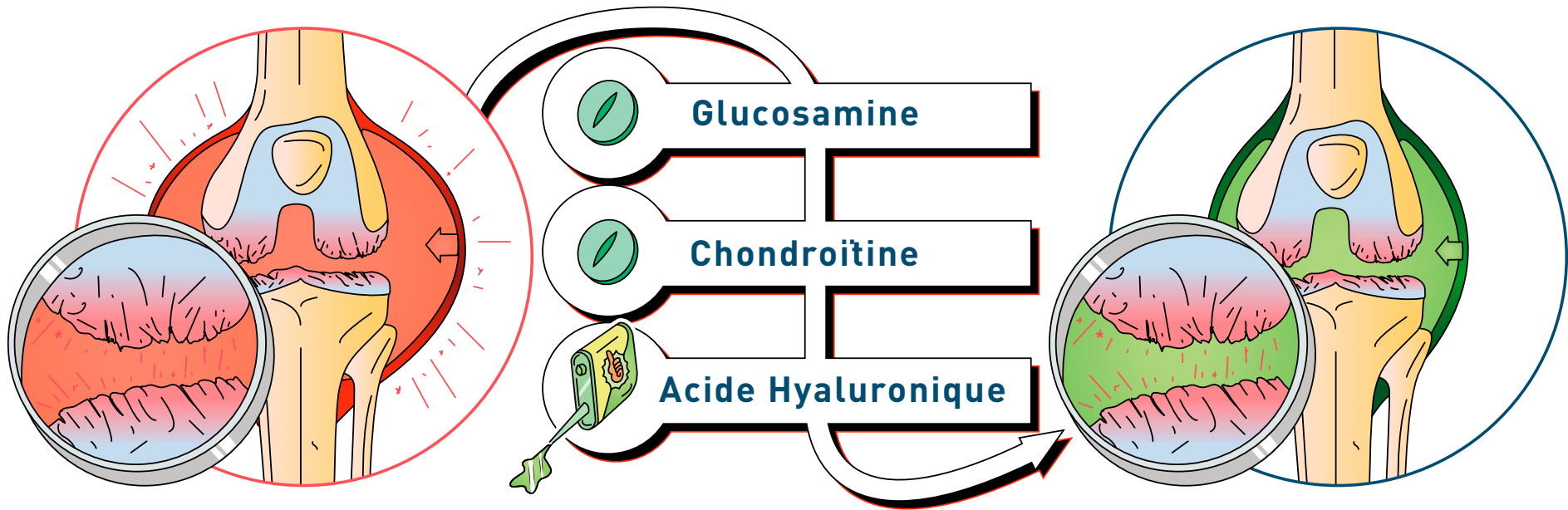
- Ils ont la capacité de nourrir le cartilage et participent à une meilleure lubrification.
- Leur rôle va être de préserver le «capital» cartilage.
- Ils permettront, en diminuant les douleurs, un retour à une vie moins contraignante et plus confortable.



EN AUCUN CAS, LES CHONDROPROTECTEURS NE PEUVENT RÉGÉNÉRER LE CARTILAGE.

→ La glucosamine et la chondroïtine sont administrées par voie orale.

Ce sont des **suppléments nutritionnels** qui vont protéger votre cartilage afin d'**éviter sa dégradation.**



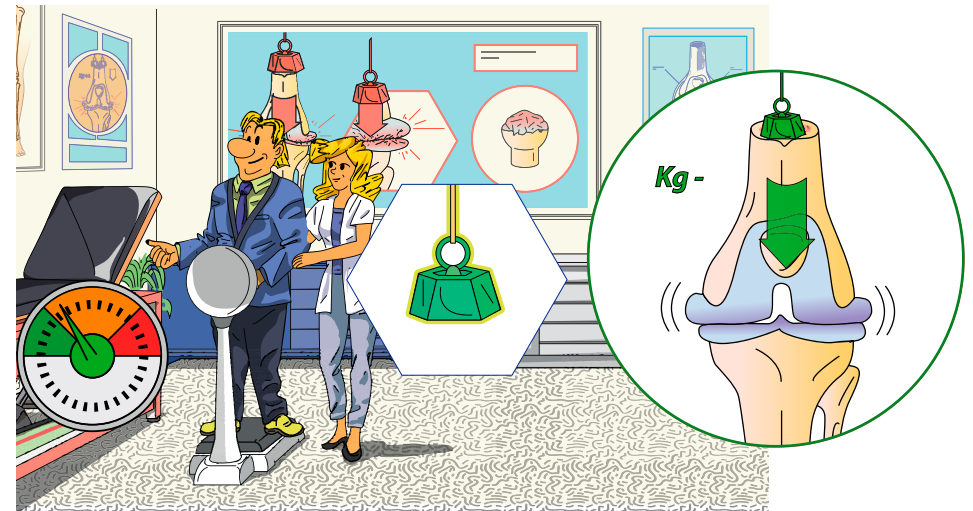
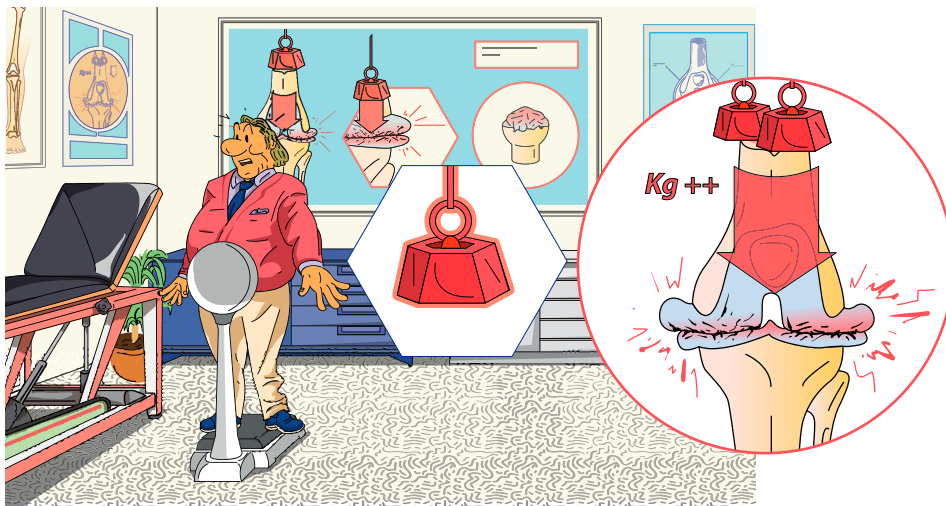
L'ACIDE HYALURONIQUE est administré par infiltration dans l'articulation. Il agit d'une façon prolongée en assurant la nutrition et la protection du cartilage.

⚠ C'EST UN MÉDICAMENT QUI DOIT ÊTRE PRESCRIT ET INJECTÉ PAR UN MÉDECIN AFIN DE S'ASSURER DE LA BONNE INDICATION ET DE LA BONNE TECHNIQUE.

3. LES AUTRES TRAITEMENTS NON CHIRURGICAUX

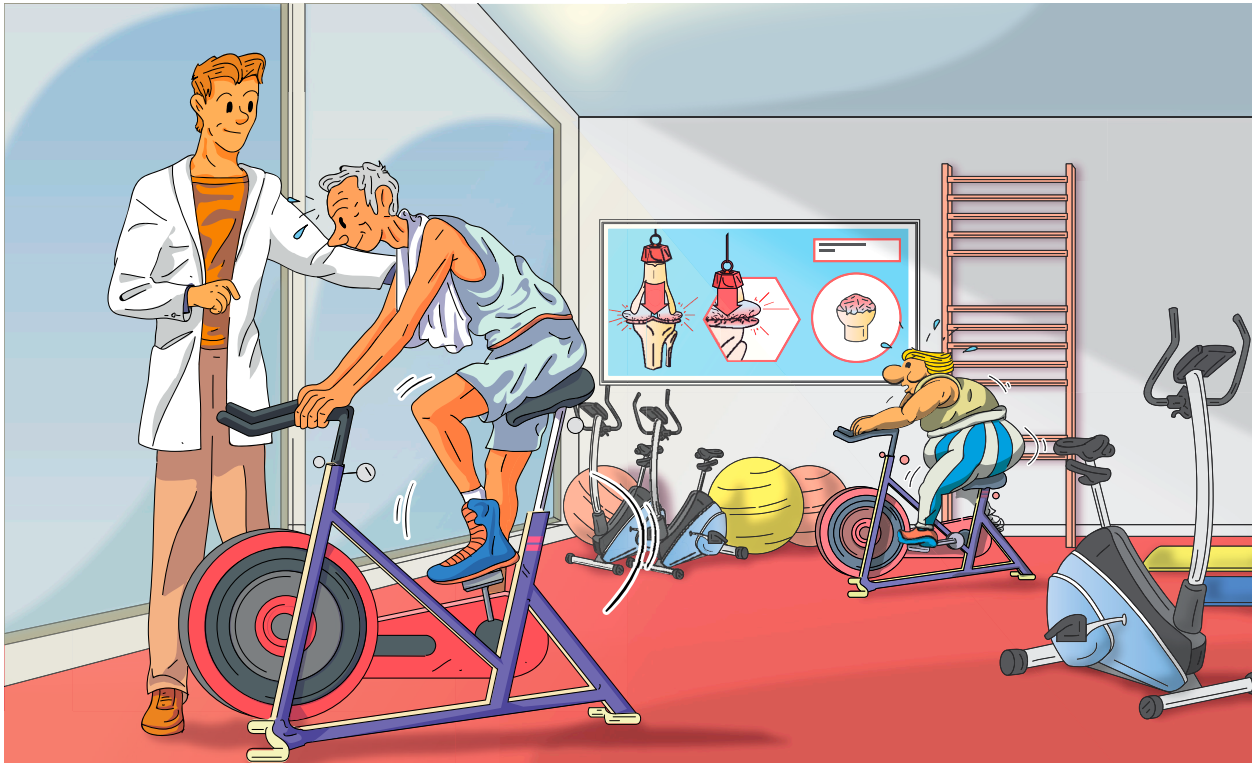
• LA PERTE DE POIDS

L'EXCÈS DE POIDS est un des facteurs favorisant **LA CHONDROPATHIE** pour certaines articulations et plus principalement celles du membre inférieur (les genoux, les hanches et les chevilles).



• LA RÉÉDUCATION FONCTIONNELLE

Elle est considérée comme **UN TRAITEMENT IMPORTANT** dans la prise en charge de la **CHONDROPATHIE** et de **L'ARTHROSE**.

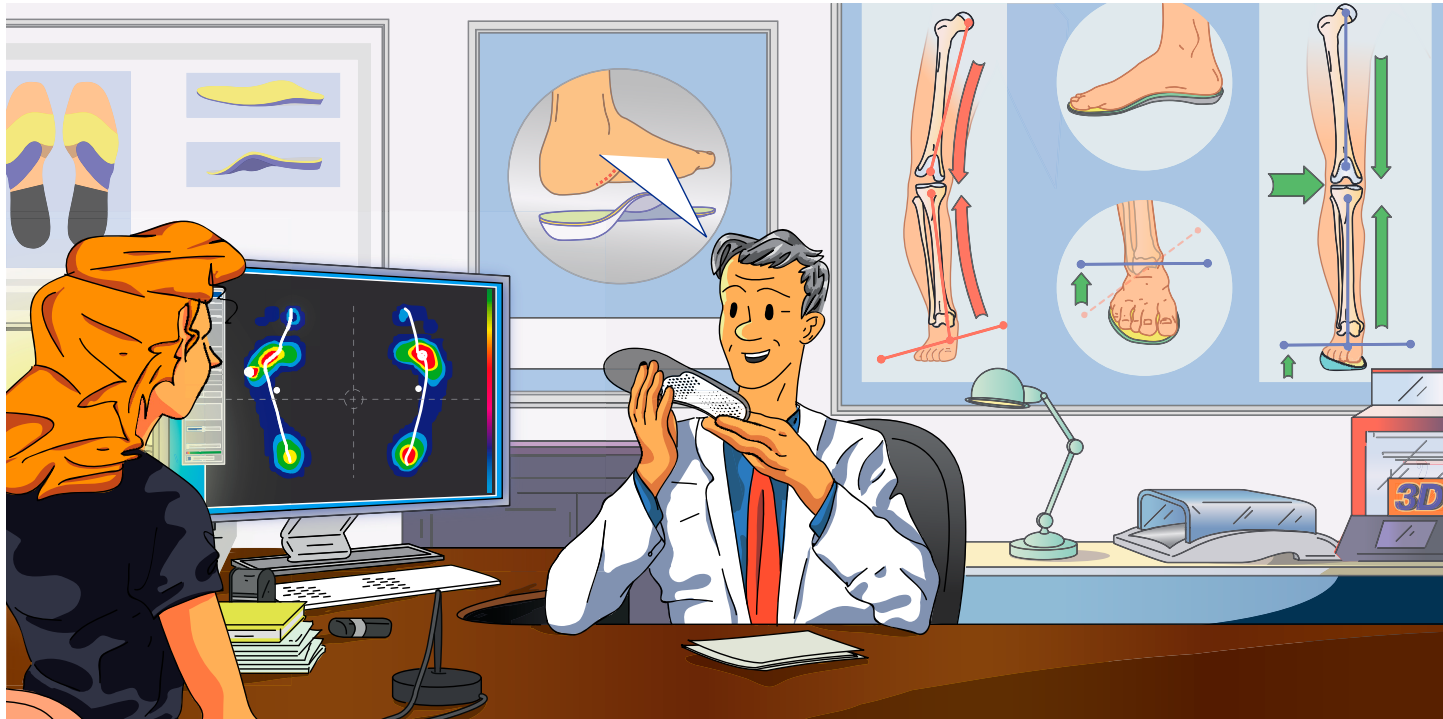


Elle a pour but
d'adapter votre système
ARTICULAIRE ET MUSCULAIRE
à vos différents besoins
fonctionnels quotidiens.



• LES SEMELLES ORTHOPÉDIQUES

Elles sont, par fois nécessaires pour mieux **AXER LE MEMBRE INFÉRIEUR**, **MIEUX RÉPARTIR LES CHARGES** et **DIMINUER LES CONTRAINTES** sur l'articulation en souffrance.



• LES PRP

Que nous vous expliquerons dans une autre fiche.

4. LE TRAITEMENT CHIRURGICAL

Enfin, lors de **L'ÉCHEC DES TRAITEMENTS** conservateurs ci-dessus, ou d'une **USURE TRÈS AVANCÉE**, le recours à un traitement chirurgical peut être proposé afin de soulager la douleur et améliorer la fonction de l'articulation.

PLUSIEURS OPTIONS CHIRURGICALES PEUVENT ÊTRE ENVISAGÉES EN FONCTION DES LÉSIONS DIAGNOSTIQUÉES.

CONCLUSION

Il faut savoir que de nos jours plusieurs traitements **non chirurgicaux** ou **conservateurs** sont mis à notre disposition pour protéger et **préserver le plus longtemps possible le cartilage.**



LES CHONDROPROTECTEURS ont montré leur efficacité dans le traitement de la chondropathie, ainsi que le port **des semelles et la rééducation fonctionnelle.**

La pratique de **certains sports** qui sollicitent beaucoup les articulations, doit être modérée pour limiter le risque de **traumatismes répétés.**

LA SURCHARGE PONDÉRALE accentue les contraintes et les charges qui s'exercent sur l'articulation. Il faudra **apprendre à maîtriser votre poids** afin de diminuer ces contraintes, avec si besoin l'aide d'un diététicien-nutritionniste.

La perte de poids est une démarche personnelle qui agit en synergie avec les autres traitements mentionnés.

L'ENSEMBLE DE CES TRAITEMENTS PEUT DONNER DES RÉSULTATS SATISFAISANTS.

Une prise en charge globale du problème par un ensemble de spécialistes est donc fortement recommandée afin d'anticiper les dégradations à venir. Nous vous rappelons que **le cartilage est une matière vivante** offerte à la naissance, **sans possibilité de renouvellement.**

SACHEZ QUE L'ON OBTIENT DE BONS RÉSULTATS AVEC LES TRAITEMENTS NON CHIRURGICAUX. CE SONT DES TRAITEMENTS «À LA CARTE» PRESCRITS EN FONCTION DES LÉSIONS DIAGNOSTIQUÉES. .



N'oubliez pas que vous êtes **LE PRINCIPAL ACTEUR** dans le **PROCESSUS DE GUÉRISON.**