

## Qu'est-ce que l'arthrite?

Le mot arthrite est dérivé de deux mots grecs : *arthron*, qui signifie articulation, et *-itis*, qui signifie inflammation. L'inflammation se manifeste généralement par de la rougeur, de la chaleur, de l'enflure et de la sensibilité. Techniquement parlant, l'arthrite est donc un terme utilisé pour décrire une articulation rouge, chaude, enflée et sensible.

Arthrite est une maladie chronique caractérisée par la douleur et la raideur des articulations. Si celles-ci sont rouges, chaudes, enflées et sensibles, on parle généralement d'arthrite inflammatoire.

Un terme apparenté, le rhumatisme, était fréquemment utilisé autrefois, mais l'est de moins en moins aujourd'hui. Il s'agit d'un terme non spécifique désignant tout problème persistant de douleur et de raideur des articulations, des tendons, des ligaments ou des bourses (de petits coussinets situés sous les tendons, pour les protéger).

L'arthrite et le rhumatisme sont des affections répandues dont la fréquence augmente avec l'âge. Dans un sondage réalisé au Canada en 2000 et 2001, moins de 5 % des répondants âgés entre 25 et 34 ans ont dit avoir reçu un diagnostic d'arthrite ou de rhumatisme, alors que la proportion passait à près de 40 % chez les répondants de 65 à 74 ans.

L'arthrite ne désigne pas une seule maladie qui aurait une cause unique. Il existe des douzaines de types d'arthrite différents, ayant des causes distinctes. Par exemple, des bactéries peuvent parfois causer une infection aiguë sévère appelée arthrite infectieuse. Les hommes hémophiles peuvent souffrir de saignements à l'intérieur des articulations, ce qui entraîne une arthrite grave au fil des ans. Une forme d'arthrite particulièrement intense et soudaine, la goutte, est due au dépôt de cristaux d'une substance chimique appelée acide urique à l'intérieur d'une articulation (généralement à la base du gros orteil).

La [polyarthrite rhumatoïde](#) est une forme distincte d'arthrite inflammatoire causée par le système immunitaire; elle débute, sans que l'on sache pourquoi, par l'attaque de la membrane qui tapisse les articulations. Comme cette affection est causée par une agression du corps contre lui-même, on dit qu'il s'agit d'une maladie auto-immune. Le type d'arthrite le plus fréquent, [l'arthrose](#), est causé par l'usure des articulations. C'est la raison pour laquelle l'arthrose est parfois qualifiée de maladie dégénérative. Il existe d'autres formes d'arthrite inflammatoire, dont la [spondylarthrite ankylosante](#), qui s'attaque à la colonne vertébrale, et l'arthrite psoriasique, qui tend à toucher surtout les personnes atteintes d'une affection cutanée appelée le psoriasis.

## L'arthrite est-elle fréquente?

Seize pour cent des Canadiens de plus de 15 ans ont reçu un diagnostic d'arthrite, toutes formes confondues. De plus, environ un enfant canadien de moins de 16 ans sur mille est atteint de polyarthrite juvénile.

Un diagnostic d'arthrite est posé chez quelque 100 000 Canadiens chaque année.

## Qui peut être atteint d'arthrite?

Plus on vieillit, plus le risque d'arthrite est grand : 57 % des femmes et 40 % des hommes de 80 ans ou plus en sont atteints. Dans l'ensemble de la population canadienne, les femmes sont deux fois plus touchées que les hommes, soit un peu moins de 20 % des femmes et 11 % des hommes.

## Comment prévient-on l'arthrite?

La plupart des facteurs de risque de l'arthrite échappent à notre volonté, comme nos gènes et notre âge. On croit cependant que le tabagisme et l'obésité contribuent tous deux à accroître la prédisposition à l'arthrite, de sorte que l'abandon du tabac et la perte de poids peuvent être des mesures de prévention judicieuses!

## Quels sont les signes et les symptômes de l'arthrite?

Les symptômes varient selon le type d'arthrite, mais la douleur et la raideur des articulations sont toujours présentes. L'[arthrose](#) s'attaque généralement aux grosses articulations porteuses (hanches et genoux), ainsi qu'aux doigts (en général, la jointure la plus proche du bout des doigts), alors que la [polyarthrite rhumatoïde](#) touche surtout les petites articulations comme les jointures centrales des doigts, les poignets, la mâchoire, les orteils et les chevilles. Chez bon nombre de personnes, la [spondylarthrite ankylosante](#) se manifeste d'abord par l'apparition d'une douleur et d'une raideur fréquentes au bas du dos, tandis que l'arthrite psoriasique peut débuter dans n'importe quelle articulation du corps, habituellement chez des personnes atteintes de psoriasis.

## Comment pose-t-on un diagnostic d'arthrite?

Le diagnostic de l'arthrite repose souvent sur la seule observation des symptômes, bien que les radiographies et les analyses sanguines soient parfois très utiles.

## Comment traite-t-on l'arthrite?

En cas de douleur ou de raideur de faible intensité, de simples analgésiques comme l'acétaminophène sont à la fois sûrs et efficaces. Si vous souffrez de symptômes plus prononcés ou en présence d'inflammation, votre médecin pourrait vous prescrire un médicament anti-inflammatoire. Il existe aussi d'autres traitements plus ciblés, selon le type d'arthrite à traiter.

## Vivre avec l'arthrite

Il existe des façons efficaces de retrouver la maîtrise de votre vie : tâchez d'en apprendre le plus possible au sujet de votre maladie et de collaborer activement avec les professionnels de la santé. Vous pouvez avoir accès à de nombreuses sources d'informations très utiles. Commencez par les associations de patients ci-dessous, ou encore, consultez nos pages sur l'[arthrose](#), la [polyarthrite rhumatoïde](#), la [spondylarthrite ankylosante](#) et l'arthrite psoriasique pour obtenir des conseils plus spécifiques sur ce que vous pouvez faire pour mieux vivre avec l'arthrite.

## Responsabiliser le patient et l'équipe soignante

Les patients et leurs médecins peuvent consulter les sites qui suivent pour obtenir plus de renseignements au sujet des principales formes d'arthrite, de leurs symptômes, des différents traitements possibles et des découvertes scientifiques récentes dans ce domaine.

## Ressources

Associations de patients

[La Société de l'arthrite](#)

[ACTION Atlantic For People with Chronic Pain \(en anglais seulement\)](#)

[La Coalition canadienne contre la douleur](#)

[Chronic Pain Association of Canada \(en anglais seulement\)](#)

Confédérations

[Société canadienne de rhumatologie](#)

[Le Réseau canadien de l'arthrite](#)

[La Société canadienne de la douleur](#)

[Canadian Institute for the Relief of Pain and Disability \(en anglais seulement\)](#)

Autres sites

[La Société de l'arthrite](#)

[La Coalition canadienne contre la douleur](#)