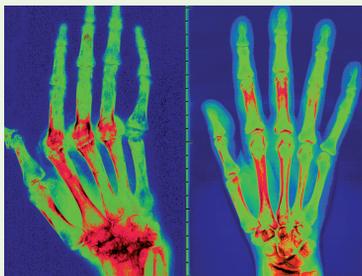




Polyarthrite rhumatoïde et spondylarthrite

Marquées par des douleurs diffuses, des gonflements articulaires et un enraidissement, ces maladies sont parfois très handicapantes. La polyarthrite touche les articulations des membres, la spondylarthrite plutôt celles de la colonne vertébrale et du bassin.



BSIP

La polyarthrite rhumatoïde est une maladie auto-immune, peut-être d'origine génétique.



BSIP

La spondylarthrite ankysosante est une arthrite évolutive affectant surtout la colonne vertébrale et les os du bassin.

→ Qu'est-ce qui les déclenche ?

- ▶ Contrairement à l'arthrose, maladie liée à l'âge, les rhumatismes inflammatoires touchent souvent des sujets jeunes, entre 20 et 40 ans.
- ▶ Maladies chroniques évolutives, elles ne peuvent être guéries, seulement stoppées ou ralenties.
- ▶ Un dérèglement du système immunitaire déclenche ces inflammations. Des facteurs environnementaux, bactériens, viraux pourraient être impliqués et une origine génétique peut être en jeu dans le développement de la maladie.

→ Que se passe-t-il dans l'articulation ?

- ▶ L'infiltration des cellules du système immunitaire et la libération de substances agressives dans les articulations provoquent une atteinte de la membrane synoviale ou du cartilage articulaire dans la polyarthrite. L'inflammation érode et gonfle les articulations provoquant des douleurs.
- ▶ Dans la spondylarthrite, c'est la zone où les tendons et les ligaments s'insèrent dans l'os qui s'enflamme en premier.

→ Comment poser le diagnostic ?

- ▶ Le diagnostic est souvent trop tardif, 6 ans en moyenne pour la spondylarthrite.
- ▶ L'interrogatoire médical permet de cerner l'origine des douleurs (inflammatoire ou mécanique), les moments de pics quotidiens douloureux, les types de raideur, leur intensité et leur localisation.
- ▶ L'examen clinique cible les symptômes et autres signes parfois associés (psoriasis, problèmes intestinaux).
- ▶ Enfin, le médecin recherche des antécédents familiaux.
- ▶ Un examen radiologique et une prise de sang confirmer la présence de l'inflammation.

Sites associatifs :

- www.polyarthrite-andar.com
- www.polyarthrite.org
- www.alussa.org
- www.spondylarthrite.org



BSIP

Les cures thermales utilisent l'eau, la vapeur ou la boue.

2 CHIFFRES

- 0,5 à 1 % de la population est atteint de polyarthrite.
- 300 000 personnes sont atteintes de spondylarthrite.

Pour en savoir plus :

→ **CNETh : Conseil national des exploitants thermaux, Paris.**
<http://www.france-thermale.org>

→ 70 stations thermales ont une indication rhumatologique. Certaines se sont spécialisées dans l'accueil de patients souffrant de rhumatismes inflammatoires.

→ Une alliance thérapeutique pour traiter

- ▶ Les traitements pharmaceutiques s'appuient sur:
 - des antalgiques pour lutter contre les douleurs;
 - des anti-inflammatoires pour circonscrire l'inflammation;
 - des corticoïdes à faible dose, comme traitement de fond;
 - des biothérapies pour les cas graves.
- ▶ Une place est laissée aux traitements non médicamenteux comme:
 - la réadaptation physique, la kinésithérapie, le thermalisme, la balnéothérapie, l'ergothérapie, la pédicurie-podologie et les appareillages;
 - l'éducation thérapeutique s'associe à une prise en charge psychologique;
 - les traitements complémentaires comme l'acupuncture ou la diététique;
 - les prises en charge sociale et professionnelle.

→ Soulager et éduquer en cure thermale

- ▶ Les cures thermales ou de crénothérapie utilisent des eaux, des vapeurs ou des boues thermales. Les effets thérapeutiques des soins à base d'eau thermale tiendraient à la composition chimique (transferts chimiques au niveau de la peau) et à la température de cette eau: 35 °C à 39 °C (la chaleur calme les douleurs et détend).
- ▶ Le traitement se fait par voie externe, par des bains, des douches, des vapeurs ou des enveloppements dans des boues chaudes et par la kinésie aquatique.
- ▶ Les bénéfices supplémentaires de la cure viennent de l'éloignement du milieu quotidien, du rythme régulier des soins, du personnel médical et paramédical qui maîtrise cette prise en charge.
- ▶ Enfin, dans de nombreux endroits, les thérapeutiques thermales sont intégrées à un programme d'éducation et de rééducation de la maladie rhumatoïde dans son ensemble.
- ▶ La cure thermale dure trois semaines. Elle est prescrite par le médecin généraliste ou le spécialiste, toujours à distance d'une période de poussée inflammatoire. Les frais médicaux et de soins sont pris en charge par l'assurance maladie et les mutuelles complémentaires.