

POLYARTHRITE RHUMATOÏDE

Maladies inflammatoires chroniques

Comprendre sa maladie



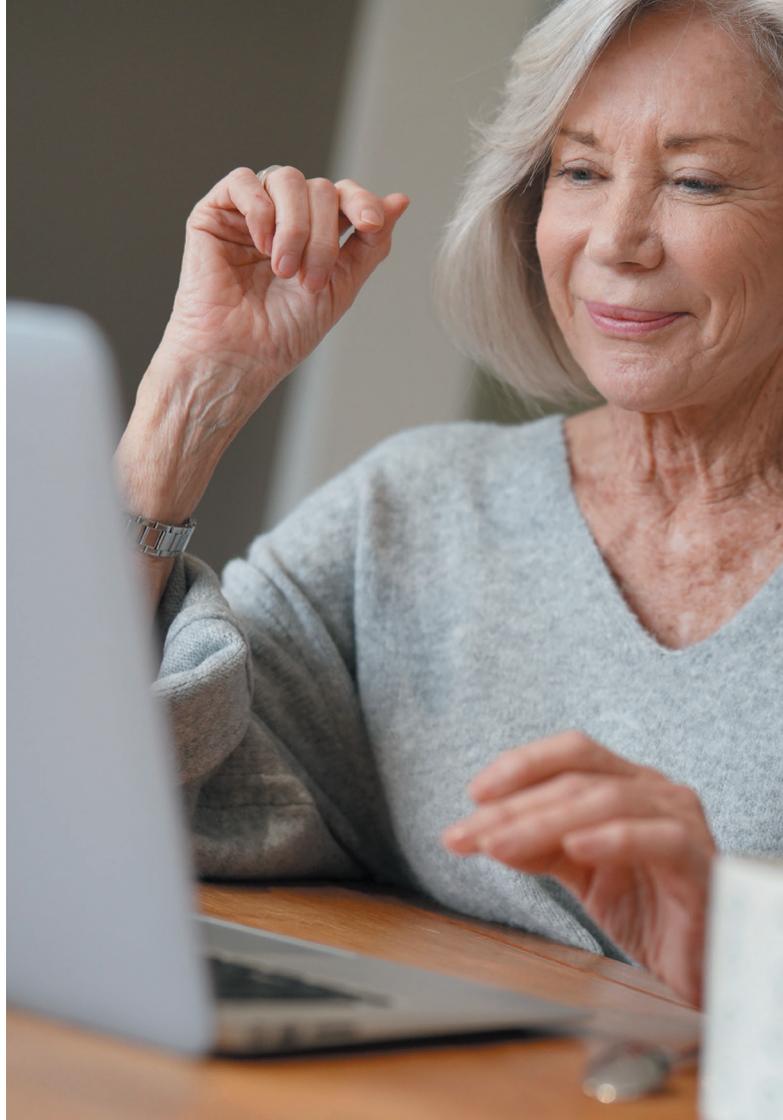


Introduction	4
Où trouver un complément d'information ?	5
Qu'est-ce que la polyarthrite rhumatoïde ?	6
Quels sont les symptômes de la polyarthrite rhumatoïde ?	8
Quelles sont les causes de la polyarthrite rhumatoïde ?	9
En quoi la polyarthrite rhumatoïde affecte-t-elle votre vie quotidienne ?	10
Comment traiter la polyarthrite rhumatoïde ?	12
Comment se fait le suivi de la maladie ?	13
Contacts	14
Notes	15

INTRODUCTION

Vous êtes atteint(e) d'une maladie inflammatoire chronique et votre médecin vous a probablement prescrit un traitement.

Cette brochure a pour objectif de vous aider à mieux comprendre votre maladie, ses causes et ses symptômes et les traitements que votre médecin pourrait vous prescrire. Vous pouvez également vous y référer en tant qu'aide-mémoire après vos consultations chez le médecin.



OÙ TROUVER UN COMPLÉMENT D'INFORMATION ?



Si vous avez d'autres questions sur votre traitement, votre première et meilleure source d'information doit toujours être votre **médecin, l'infirmier/ère qui vous accompagne ou votre pharmacien.**

Il existe également des associations de patients ou des groupes de parole. Ce sont des groupes d'écoute et d'échange où vous pouvez recevoir de l'information et des conseils pratiques (cf. page 14 pour les coordonnées).

Prévenez aussi les autres professionnels de santé qui vous encadrent : dentiste, kinésithérapeute, ostéopathe, gynécologue, ophtalmologue...

Vous pouvez également vous renseigner auprès des professionnels de santé ou des associations de patients afin de participer à des programmes d'ETP en ville ou à l'hôpital.

Parler de votre maladie avec ces interlocuteurs ainsi qu'avec votre entourage peut vous aider à mieux vivre au quotidien et à mieux appréhender votre maladie.

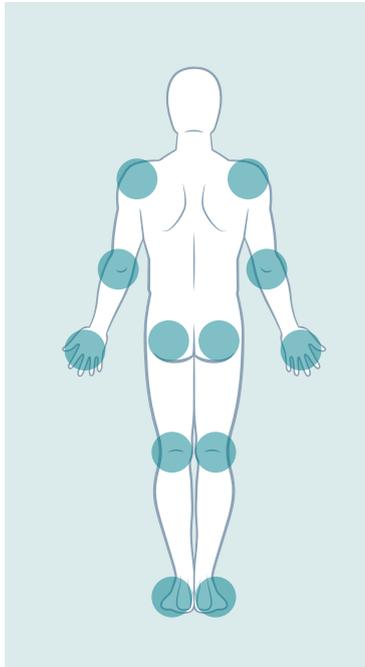
QU'EST-CE QUE LA POLYARTHRITE RHUMATOÏDE ?

La polyarthrite rhumatoïde est une maladie inflammatoire chronique qui survient lorsque le système immunitaire attaque la membrane qui tapisse l'intérieur des articulations (appelée synoviale), ce qui provoque une inflammation d'une ou plusieurs articulations.

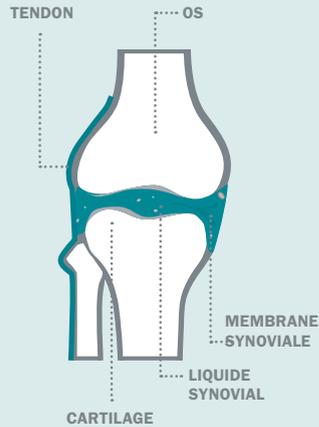
La polyarthrite rhumatoïde se manifeste par de la douleur, un gonflement et une raideur des articulations. Elle touche habituellement les mains, les pieds et les poignets et peut aller jusqu'à la destruction de l'articulation si aucune prise en charge efficace n'est mise en place.¹

Pour travailler efficacement, notre système immunitaire doit être capable de faire la distinction entre les cellules et les tissus de notre propre organisme (le soi) et les cellules étrangères (le non-soi).

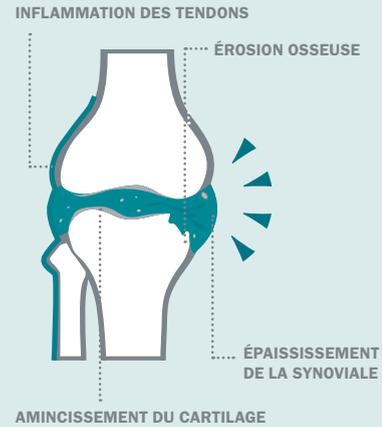
Les maladies auto-immunes comme la polyarthrite rhumatoïde apparaissent lorsque le système immunitaire identifie les cellules de l'organisme comme étrangères, ce qui peut se manifester par une inflammation chronique et des lésions de certaines parties du corps.



Articulation saine



Articulation atteinte de la polyarthrite

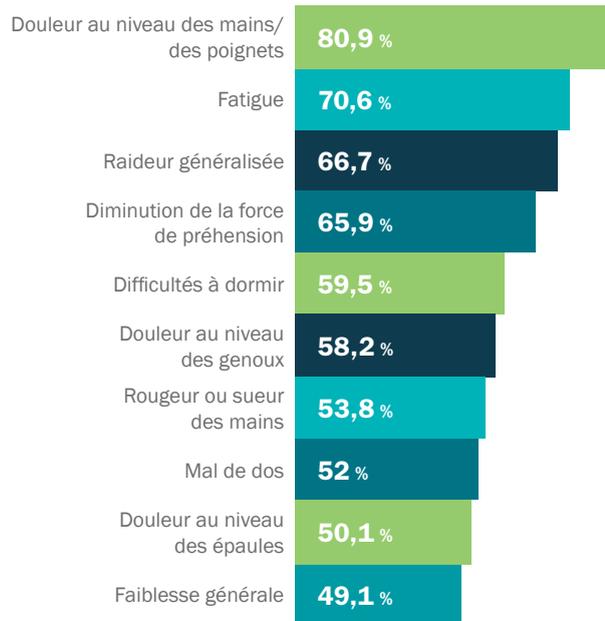


LE SAVIEZ-VOUS ?

La polyarthrite rhumatoïde est le rhumatisme inflammatoire le plus fréquent : elle touche environ 300 000 personnes en France.²

QUELS SONT LES SYMPTÔMES DE LA POLYARTHRITE RHUMATOÏDE ?

Symptômes les plus fréquents dans la polyarthrite rhumatoïde³



Les symptômes de la polyarthrite rhumatoïde varient d'une personne à l'autre. Leur intensité varie de légère à sévère et peut également évoluer au cours du temps. Il peut y avoir des périodes de bonne santé (rémission), ainsi que des moments où les symptômes sont plus marqués (récidives ou poussées).

La polyarthrite rhumatoïde touche principalement les articulations (le plus souvent celles des doigts ou des pieds) et peut provoquer de la douleur, un gonflement, de la raideur et une diminution de l'amplitude des mouvements. Les atteintes sont fréquemment symétriques (des deux côtés du corps), c'est-à-dire que si un genou est touché, l'autre l'est souvent aussi. Dans certains cas, elles sont plus marquées d'un côté du corps que de l'autre.⁴

QUELLES SONT LES CAUSES DE LA POLYARTHRITE RHUMATOÏDE ?

Les causes de la polyarthrite rhumatoïde ne sont pas encore entièrement élucidées mais l'hypothèse actuelle est que les facteurs suivants pourraient être impliqués :⁵



Génétique

les personnes porteuses de certains gènes pourraient être exposées à un risque accru de développer une polyarthrite rhumatoïde, mais tous les patients atteints de la maladie ne possèdent pas ces gènes.



Hormones

les femmes sont plus fréquemment touchées par la polyarthrite rhumatoïde que les hommes et les chercheurs étudient le rôle potentiel des hormones féminines dans cette pathologie.



Facteurs environnementaux

le tabagisme, la pollution atmosphérique, les insecticides et l'exposition professionnelle à des huiles minérales et à la silice pourraient jouer un rôle.



LE SAVIEZ-VOUS ?

La polyarthrite rhumatoïde peut apparaître à tout âge mais est le plus souvent diagnostiquée entre 40 et 60 ans et elle est plus fréquente chez les femmes.⁵

EN QUOI LA POLYARTHRITE RHUMATOÏDE AFFECTE-T-ELLE VOTRE VIE QUOTIDIENNE ?

La polyarthrite rhumatoïde se manifeste différemment chez chaque patient mais le fait de vivre avec une maladie chronique peut avoir des répercussions psychologiques et pratiques.

Par exemple, elle peut fluctuer entre périodes de repos où la maladie est silencieuse et d'autres périodes où la maladie est active (poussées), rendant plus difficile l'exécution des tâches quotidiennes.

La polyarthrite rhumatoïde peut affecter divers aspects de votre vie familiale, sociale, sexuelle et professionnelle. Souvent, certaines personnes éprouvent également des sentiments d'impuissance et d'anxiété. Si c'est votre cas, parlez-en à votre entourage, votre médecin ou à votre infirmier/ère.

Voici quelques-unes des manières dont la polyarthrite rhumatoïde affecte la vie quotidienne des patients :⁶

- **La douleur et la perte de force et de mobilité** au niveau des articulations enflammées rendent difficiles les activités de la vie quotidienne.
- **La sensation de malaise général et de fatigue** peut affecter votre vie sociale, familiale, sexuelle et professionnelle.
- **La raideur** qui se manifeste principalement le matin au lever après un dérouillage matinal plus ou moins long ou la nuit (réveils nocturnes) ou après être resté(e) assis(e) pendant une durée prolongée impacte votre vie familiale, sociale, sexuelle et professionnelle.





Il est important de faire part de vos sentiments à vos proches et à vos amis. La douleur physique peut à certains moments limiter les activités auxquelles vous aimez vous livrer, surtout lors des poussées.

Traiter la maladie avec l'aide d'une équipe médicale compétente, prendre correctement les médicaments qui vous ont été prescrits, éviter les activités qui risquent d'endommager les articulations et élaborer des stratégies de prise en charge sont autant d'éléments susceptibles de contribuer à vous permettre de continuer à mener une vie agréable.

COMMENT TRAITER LA POLYARTHRITE RHUMATOÏDE ?

Il existe différents types d'options de traitement dont les quatre principaux sont :⁷

- **Médicaments** : pour soulager les symptômes et ralentir la progression de la maladie.
- **Kinésithérapie** : on peut travailler avec un kinésithérapeute pour rechercher des moyens d'éviter une surcharge des articulations, ou différents exercices susceptibles de contribuer à soulager les symptômes, renforcer les muscles et étirer les articulations en toute sécurité.
- **Ergothérapie** : on peut travailler avec un ergothérapeute pour apprendre à protéger ses articulations et adapter son quotidien.
- **Interventions chirurgicales** : les interventions chirurgicales peuvent varier de procédures mineures, telles que la libération d'un nerf ou d'un tendon, à des opérations chirurgicales majeures, telles qu'une arthroplastie (chirurgie de toute l'articulation).

Les principaux groupes de médicaments utilisés pour le traitement de la polyarthrite rhumatoïde sont :⁷

- **Antidouleurs** (antalgiques) et **anti-inflammatoires** non stéroïdiens (AINS).
- **Agents antirhumatismaux** modificateurs de la maladie (ARMM) chimiques ou biologiques, qui peuvent être administrés aussitôt après le diagnostic pour diminuer l'inflammation et réduire le processus inflammatoire.
- **Corticostéroïdes** pour diminuer rapidement une inflammation importante.

Le médecin adaptera le traitement de manière individuelle en fonction de l'activité de la maladie.

COMMENT SE FAIT LE SUIVI DE LA MALADIE ?

Le médecin suivra régulièrement l'évolution de votre maladie.

1 Analyses de sang

2 Échelle de qualité de vie
et d'évaluation de la maladie

3 Radiographie

4 Échographie

5 IRM



CONTACTS

RHUMASTISMES INFLAMMATOIRES CHRONIQUES

Adulte (Polyarthrite rhumatoïde, Spondyloarthrite axiale, Rhumatisme psoriasique)

ACS : Action Contre les Spondylarthropaties - www.acs-france.org

AFLAR : Association Française de Lutte Anti-Rhumatismale - www.aflar.org

AFS : Association France Spondylarthrite - www.spondylarthrite.org

ANDAR : Association Nationale de Défense contre l'Arthrite Rhumatoïde - www.polyarthrite-andar.org

Mme Agnès HENNE, IDE en rhumatologie au CHU de Haute-pierre (*Strasbourg*)

Mme Muriel VELTIN, IDE en gastro-entérologie au CHU de Brabois (*Nancy*)

Mme Marie-Hélène GRAUL, IDE en rhumatologie au CHR de Thionville

Mme Christele CERVEAUX, IDE en rhumatologie au CHU de Rouen

RÉFÉRENCES

1. Arthritis Foundation. What is Rheumatoid Arthritis? Disponible sur : <http://www.arthritis.org/about-arthritis/types/rheumatoid-arthritis/what-is-rheumatoidarthritis.php> (Consulté le 2 octobre 2017).
2. Données internes Biogen.
3. Early Signs, Diagnosis and Symptoms. Disponible sur : <https://rheumatoidarthritis.net/ra-in-america-2013/early-signs-diagnosis-and-initial-ra-symptoms/> (Consulté le 2 octobre 2017).
4. Arthritis Foundation. Rheumatoid Arthritis Symptoms. Disponible sur : <http://www.arthritis.org/about-arthritis/types/rheumatoid-arthritis/symptoms.php> (Consulté le 2 octobre 2017).
5. Arthritis Foundation. Rheumatoid Arthritis Causes. Disponible sur : <http://www.arthritis.org/about-arthritis/types/rheumatoid-arthritis/causes.php> (Consulté le 2 octobre 2017).
6. RheumatoidArthritis.net. How Does RA Impact Quality of Life? Disponible sur : <https://rheumatoidarthritis.net/living/how-does-impact-quality-of-life/> (Consulté le 2 octobre 2017).
7. Mayo Clinic. Rheumatoid Arthritis. Treatment. Disponible sur : <http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/rheumatoid-arthritis/diagnosis-treatment/treatment/txc-20197400> (Consulté le 2 octobre 2017).

Services Care

Vous êtes atteint(e) d'une maladie inflammatoire chronique. Biogen vous propose les services **CARE+** qui vous accompagnent dans la compréhension et le suivi de votre maladie et de votre traitement. Si vous avez des questions supplémentaires, n'hésitez pas à en discuter avec votre médecin, votre infirmier/ère ou votre pharmacien.



Centre d'appel BIOSIMILAIRES

01 77 69 68 14

Prix d'un appel local

Pour toute information médicale ou de pharmacovigilance concernant les biosimilaires, merci de nous contacter au Centre d'appel BIOSIMILAIRES ou par email à medinfo.europe@biogen.com