

# SPONDYLOARTHRITE

*Maladies inflammatoires chroniques*

*Comprendre sa maladie*



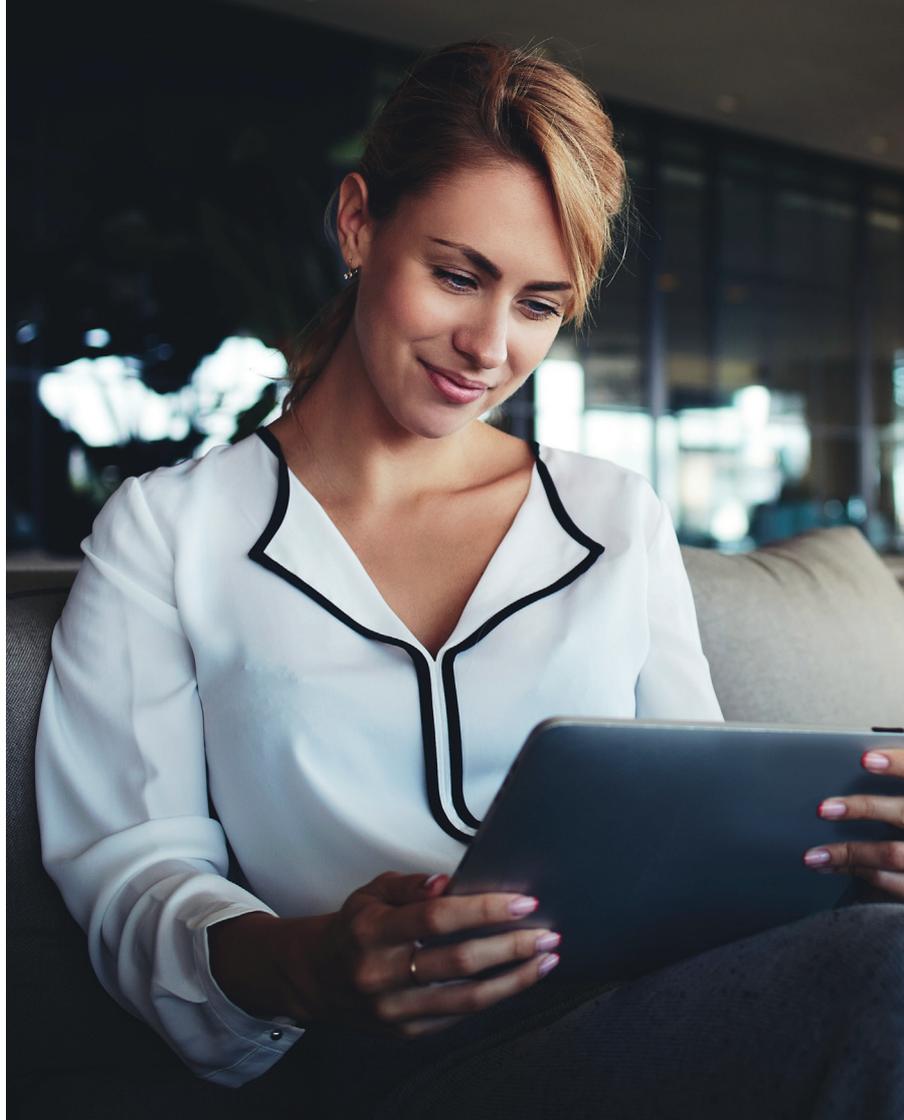


<b>Introduction</b> .....	<b>4</b>
<b>Où trouver un complément d'information ?</b> .....	<b>5</b>
<b>Qu'est-ce que la spondyloarthrite ?</b> .....	<b>6</b>
<b>Quels ont les symptômes de la spondyloarthrite ?</b> .....	<b>8</b>
<b>Quelles sont les causes de la spondyloarthrite ?</b> .....	<b>9</b>
<b>En quoi la spondyloarthrite affecte-t-elle la vie quotidienne ?</b> .....	<b>10</b>
<b>Comment traiter la spondyloarthrite ?</b> .....	<b>11</b>
<b>Comment se fait le suivi de la maladie ?</b> .....	<b>12</b>
<b>Contacts</b> .....	<b>13</b>
<b>Notes</b> .....	<b>14</b>

## 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'infirmière 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 10 pour les coordonnées).

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



**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 SPONDYLOARTHRITE ?

**La spondyloarthrite est une maladie inflammatoire chronique qui survient lorsque le système immunitaire attaque la surface de la membrane qui entoure les articulations de la colonne vertébrale et des structures proches, ce qui provoque l'inflammation d'une ou plusieurs articulations.**

La spondyloarthrite peut être axiale et/ou périphérique. La spondyloarthrite touche principalement les vertèbres et plusieurs structures adjacentes des vertèbres (notamment les épaules, les côtes, les hanches et les talons). Elle se manifeste par de la douleur et de la raideur dans le dos.

L'inflammation peut également affecter les tendons et les ligaments appelés enthèses qui entourent l'articulation, ainsi que certains organes.

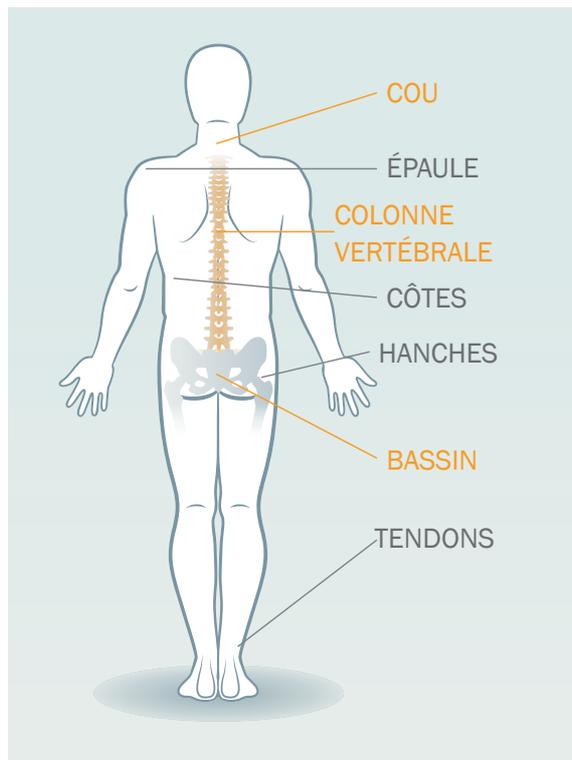
Pour travailler efficacement, notre système immunitaire doit être capable de faire la distinction entre les cellules et les tissus de notre propre organisme (le soi) et les cellules étrangères (le non-soi). Les maladies auto-immunes comme la spondyloarthrite apparaissent lorsque le système immunitaire se met à identifier les cellules de l'organisme comme étrangères, ce qui peut se manifester par une inflammation chronique et des lésions de certaines parties du corps. Chez les personnes atteintes de spondyloarthrite, le système immunitaire attaque certaines parties de l'articulation. C'est la raison pour laquelle la spondyloarthrite est considérée comme une maladie auto-immune.



### LE SAVIEZ-VOUS ?

**En Europe, la spondyloarthrite affecte environ 23 personnes sur 10 000, tandis qu'en Amérique du Nord, elle touche environ 32 personnes sur 10 000.<sup>2</sup>**

La spondyloarthrite est associée à une inflammation de la colonne vertébrale



## QUELS SONT LES SYMPTÔMES DE LA SPONDYLOARTHRITE ?

Les symptômes et leur intensité varient d'une personne à l'autre, les plus fréquents étant :<sup>3</sup>

### *Symptômes de la spondylarthritis ankylosante :*

- Douleur et raideur du dos la nuit (réveils nocturnes) et/ou le matin (responsable d'un dérouillage matinal plus ou moins long).
- Douleur notamment à la région du bassin fesses, articulations sacro-iliaques, talons et cage thoracique.
- Fatigue.

### *Symptômes de la spondylarthritis périphérique :*

- Atteinte des coudes, poignets, épaules, genoux, orteils.
- Fatigue.

Ces symptômes ont tendance à se développer progressivement, en général sur une période de plusieurs mois, voire plusieurs années, et peuvent apparaître (poussées) et disparaître au fil du temps (rémission).<sup>3</sup>

Les autres symptômes possibles sont notamment :

- Œil rouge, irrité et douloureux (uvéïte). Nécessite une prise en charge urgente.
- Diarrhées et douleurs abdominales.
- Psoriasis, on parlera alors de rhumatisme psoriasique.

## QUELLES SONT LES CAUSES DE LA SPONDYLOARTHRITE ?

On ignore quelles sont les causes de la spondyloarthrite, mais les facteurs suivants pourraient être impliqués :

- **Facteurs génétiques** (HLA B27)
- **Environnementaux** (tabac, microbiote / flore intestinale modifiée)
- **Héréditaire** : il peut y avoir un terrain familial mais ce n'est pas une maladie héréditaire.



### LE SAVIEZ-VOUS ?

Les premiers symptômes de spondyloarthrite peuvent apparaître dès l'adolescence ou au début de l'âge adulte. La spondyloarthrite touche plus souvent les hommes que les femmes.<sup>3</sup>

## EN QUOI LA SPONDYLOARTHRITE AFFECTE-ELLE LA VIE QUOTIDIENNE ?

**La spondyloarthrite affecte les patients de différentes manières : certains ne présentent quasiment pas de symptômes, alors que la maladie peut être extrêmement sévère chez d'autres.<sup>4</sup>**

La spondyloarthrite peut réduire la capacité respiratoire. En outre, le tabagisme a été mis en relation avec une apparition précoce de douleurs articulaires inflammatoires. Aussi, si vous êtes fumeur, il est conseillé de renoncer au tabac.<sup>5</sup> Pour des conseils à ce propos, adressez-vous à un professionnel de santé.

Vivre avec la spondyloarthrite peut, dans certains cas, mener à un sentiment d'isolement si la maladie affecte votre mobilité. Il est important de faire part de vos difficultés à votre entourage ou de rechercher un groupe d'entraide local. La spondyloarthrite peut affecter votre vie familiale, sociale, sexuelle et professionnelle.

**Traiter la maladie avec l'aide d'une équipe pluridisciplinaire, 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.**

**Il existe un certain nombre de traitements qui permettent de soulager les symptômes et contribuent à empêcher ou à retarder la progression de la maladie.**

Dans la plupart des cas, le traitement consiste en une association de :



- **Exercices physiques** pour diminuer la douleur et la raideur.
- **Médicaments** pour soulager la douleur et diminuer l'inflammation.



- **Kinésithérapie** pour améliorer le confort et la souplesse de la colonne vertébrale et de la cage thoracique. À associer avec mouvements d'étirement, d'assouplissement et de renforcement de la sangle abdominale.

On vous prescrira peut-être une association de médicaments pour atténuer la douleur, la raideur et l'inflammation, notamment :<sup>6</sup>

- Traitement symptomatiques
- Corticostéroïdes (*dans certaines situations*)
- 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.

**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



Les associations de patients sont à votre écoute. Vous pouvez les contacter pour échanger, recevoir des informations et des conseils pratiques.

## **RHUMATISMES INFLAMMATOIRES CHRONIQUES**

### **Adulte (Polyarthrite rhumatoïde, Spondyloarthrites axiales, Rhumatisme psoriasique)**

**ACS** : Action Contre les Spondylarthropies - [www.acs-france.org](http://www.acs-france.org)

**AFLAR** : Association Française de Lutte Rhumatismale - [www.aflar.org](http://www.aflar.org)

**AFS** : Association France Spondylarthrite - [www.spondylarthrite.org](http://www.spondylarthrite.org)

**ANDAR** : Association Nationale de Défense contre l'Arthrite Rhumatoïde - [www.polyarthrite-andar.org](http://www.polyarthrite-andar.org)

## REMERCIEMENTS

Mme Agnès HENNE, IDE en rhumatologie au CHU de Hautepierre (*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 Research UK. What is ankylosing spondylitis? Disponible sur : <http://www.arthritisresearchuk.org/arthritis-information/conditions/ankylosing-spondylitis/what-is-ankylosing-spondylitis.aspx> Consulté le 2 octobre 2017.
2. Dean, L.E., Jones G.T, MacDonald A.G *et al.* Global Prevalence of Ankylosing Spondylitis. *Rheumatology*. 2014; 53(4): 650-657.
3. Mayo Clinic. Ankylosing Spondylitis. Symptoms and Causes. Disponible sur : <http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/ankylosing-spondylitis/symptoms-causes/dxc-20261125> Consulté le 2 octobre 2017.
4. Arthritis Care. Ankylosing Spondylitis. Disponible sur : <https://www.arthritiscare.org.uk/do-i-have-arthritis/publications/446-ankylosing-spondylitis> Consulté le 2 octobre 2017.
5. Arthritis Research UK. Smoking and ankylosing spondylitis. Disponible sur : <http://www.arthritisresearchuk.org/arthritis-information/conditions/ankylosing-spondylitis/self-help-and-daily-living/stopping-smoking.aspx> Consulté le 2 octobre 2017.
6. Mayo Clinic. Ankylosing Spondylitis. Treatment. Disponible sur : <http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/ankylosing-spondylitis/diagnosis-treatment/treatment/txc-20261171> 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 infirmière 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](mailto:medinfo.europe@biogen.com)