

Plus d'un tiers de toutes les personnes de plus de soixante ans souffre d'arthrose. Un traitement précoce permet de ralentir l'évolution de la maladie.

Jürg Lendenmann

# Arthrose

## Étude zurichoise prometteuse



Photo : Jürg Lendenmann

Le professeur Beat Michel de l'hôpital universitaire de Zurich a dirigé l'étude zurichoise prometteuse quant à l'effet du sulfate de chondroïtine sur l'arthrose du genou.

L'arthrose est une maladie d'usure des articulations touchant principalement les genoux, les hanches et, surtout chez les femmes, les doigts. Bien plus souvent qu'on ne le pense, l'arthrose touche également la colonne vertébrale. « Pourtant, l'apparition de l'arthrose ne dépend pas uniquement de la manière dont on utilise et sollicite ses articulations » explique le professeur Beat

Michel de l'hôpital universitaire de Zurich. D'autres facteurs tels que le poids, l'hérédité et des processus métaboliques jouent aussi un rôle. « On ne devrait parler d'arthrose que lorsque les radios montrent une altération de l'articulation et que des douleurs apparaissent. D'après cette définition, 30 à 40 pour cent des plus de 60 ans souffrent d'une arthrose quelconque » explique le rhumatologue zurichois.

### Être attentif aux premiers symptômes... et réagir

« Le symptôme précoce le plus courant pour toutes les articulations est la douleur après l'inactivité ». Même si la douleur est faible au début et disparaît après quelques mouvements, il est recommandé de consulter, notamment s'il existe des antécédents d'arthrose dans la famille.

« Dans le cas d'une arthrose au stade précoce, il est très important de préserver ou d'augmenter la force musculaire. Un genou plus tout à fait opérationnel peut parfaitement être stabilisé par des muscles solides » explique le Dr Michel. Plus la maladie est installée, moins les mesures de physiothérapie sont efficaces. Selon le spécialiste, le paracétamol a fait ses preuves dans l'apaisement de la douleur. Lors des poussées d'arthrose avec échauffement et épanchement, on prescrit si nécessaire des antirhumatismes non

stéroïdiens. Les causes de la maladie peuvent être combattues avec du sulfate de chondroïtine qui protège le cartilage.

### Le sulfate de chondroïtine inhibe l'érosion du cartilage

« De nombreuses études montrent que le sulfate de chondroïtine apaise la douleur et améliore les fonctions articulaires » indique Beat Michel. Deux études menées suivant les critères les plus stricts ont par ailleurs prouvé que ce principe actif peut stopper l'érosion du cartilage. La première, dirigée par le professeur Michel, a porté sur 300 personnes atteintes d'arthrose du genou. L'étude internationale STOPP, réalisée sur le double de patients, visait à vérifier les conclusions de l'étude zurichoise. Ses résultats ont été presque identiques. « Le sulfate de chondroïtine est un bon principe actif » résume Beat Michel. « D'une part, il a été radiologiquement prouvé qu'avec la prise de sulfate de chondroïtine, l'interligne articulaire reste préservée sur une période de deux ans. D'autre part, ce sulfate est quasiment dépourvu d'effets secondaires et peut être associé à d'autres médicaments. Nous ne disposons d'aucun outil comparable qui agisse de cette manière ».