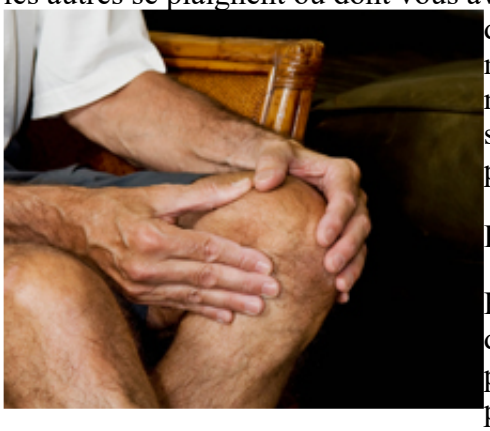
Votre programme d'aide aux employés et à la famille (PAEF) est un service confidentiel de soutien pouvant vous aider à entreprendre une démarche pour effectuer un changement.

L'arthrite 101 : les nombreux visages de l'arthrite

Bien que la plupart d'entre nous croient que l'arthrite est cette douleur ou cette raideur articulaire dont les autres se plaignent ou dont vous avez vous-même souffert, en réalité, il existe plus de 100 formes d'arthrite. Chacune présente des caractéristiques particulières, mais elles possèdent toutes un trait commun : des répercussions négatives sur la santé et le bien-être des personnes qui en souffrent. Cet article vous renseignera sur les formes d'arthrite les plus courantes et sur leurs signes précurseurs.



L'arthrose

Habituellement, lorsque nous pensons à l'arthrite, l'arthrite d'usure ou *arthrose* nous vient à l'esprit. Cette forme d'arthrite la plus courante touche un Nord-Américain sur dix – souvent des personnes âgées de plus de 45 ans; elle est causée par l'usure du cartilage ou du coussinet qui sert à absorber le choc de nos mouvements réguliers. L'arthrose se glisse insidieusement dans les articulations porteuses – notamment celles des hanches, de la colonne vertébrale, des genoux et des pieds, générant une raideur qui, au fil du temps, entraînera de la douleur et une enflure dans la zone de l'articulation. Bien que la cause de l'arthrose soit encore incertaine, si vous souffrez d'obésité, si vous avez déjà subi à une articulation une lésion qui n'aurait pas bien guéri ou si vous avez des antécédents familiaux d'arthrose, vous faites partie des personnes à risque de souffrir de cette maladie.

La polyarthrite rhumatoïde

Contrairement à l'arthrose où le cartilage s'use, *la polyarthrite rhumatoïde* est une maladie auto-immune au cours de laquelle votre propre corps s'attaque par erreur au tissu sain, provoquant une inflammation et des lésions aux articulations. Souvent, l'enflure touche les articulations adjacentes, puis elle se propagera à cinq articulations du corps au moins – habituellement celles des mains, de genoux, des poignets, des épaules ou des chevilles. Les symptômes et la gravité de la polyarthrite rhumatoïde diffèrent d'une personne à l'autre; leur manifestation peut être légère et intermittente ou la maladie peut devenir chronique. Dans ce cas, l'inflammation pourrait se propager à la membrane qui tapisse les vaisseaux sanguins, à la peau et, parfois, à la membrane qui entoure les organes vitaux. Cette maladie se déclare habituellement chez des adultes âgés de 30 à 60 ans. Une étude montre que les trois quarts des dommages causés par la maladie se produisent au cours des premières années suivant l'apparition de la maladie, ce qui souligne l'importance d'un diagnostic rapide.

La fibromyalgie

La fibromyalgie est souvent considérée comme étant une maladie associée à l'arthrite, mais elle n'est pas vraiment une forme d'arthrite. La fibromyalgie, aussi connue sous le nom de fibromyosite et de fibrosite, est un syndrome dont nous sommes de plus en plus conscients et que nous connaissons de mieux en mieux. Il touche de deux à six pour cent de la population (surtout des femmes) âgée de 30 à 50 ans. Une enflure dans les articulations ou dans les tissus mous en est le premier symptôme. Des troubles du sommeil, une fatigue chronique, des difficultés de concentration, le syndrome de l'intestin irritable, la dépression et des troubles de l'humeur accompagnent souvent la fibromyalgie, bien qu'il y ait tout

lieu de croire que ces troubles et syndromes soient une conséquence de la douleur chronique et non de la maladie. Les causes de la fibromyalgie sont aussi variées que les symptômes. Des problèmes dans les articulations du dos et du cou, une infection virale, un accident et-ou un stress physique et émotionnel pourraient être à l'origine de ce syndrome.

L'arthrite juvénile

L'arthrite juvénile, aussi appelée arthrite rhumatoïde juvénile, diffère cependant beaucoup de la polyarthrite rhumatoïde de l'adulte. Touchant un enfant sur mille, l'arthrite juvénile se définit comme une inflammation continue d'une ou de plusieurs articulations, pendant au moins six semaines. *L'arthrite juvénile est difficile à diagnostiquer*, car les enfants atteints d'arthrite ne se plaignent pas toujours de douleurs articulaires, de raideurs, d'un boitillement ou d'une perte de mobilité. Ses symptômes, ses répercussions et sa durée varient énormément. Certains enfants pourraient souffrir d'un épisode d'arthrite juvénile pendant plusieurs mois, puis les symptômes disparaîtront. Cependant, les moins chanceux seront aux prises avec des épisodes imprévus qui nuiront à la croissance et causeront d'autres problèmes de santé.

Bien qu'il n'existe aucun traitement pouvant guérir l'arthrite, un diagnostic précoce constitue le meilleur moyen de réduire les répercussions négatives que cette maladie pourrait avoir sur vous ou sur une personne que vous aimez. Si l'un des symptômes mentionnés précédemment vous semble familier, consultez immédiatement un médecin. Celui-ci pourra alors établir le diagnostic approprié, vous recommander un traitement et vous expliquer les différents moyens de gérer la douleur.

© 2026 Morneau Shepell ltée. Votre programme ne comprend pas nécessairement tous les services décrits dans ce site. Veuillez consulter la documentation de votre programme pour plus d'information. Pour une assistance immédiate, composez le 1 844 880 9137.