



## Communiqué de presse

### JOURNÉE MONDIALE DE L'ARTHROSE

---

#### Une journée entièrement consacrée à l'arthrose

[www.fondationarthrose.org](http://www.fondationarthrose.org)

[www.stop-arthrose.org](http://www.stop-arthrose.org)

#### « L'arthrose : une maladie grave, mais que l'on peut prévenir ! »

Le 17 septembre, c'est la Journée Mondiale de l'Arthrose : une occasion de parler de cette maladie, mais aussi de la prévenir et de briser certaines croyances délétères.

#### L'arthrose, c'est quoi exactement ? Est-ce grave ?

« L'arthrose est effectivement maintenant (enfin) considérée comme une maladie grave. D'abord parce qu'il s'agit d'une maladie chronique, nécessitant des soins réguliers s'étalant sur plusieurs mois et entraînant des frais importants. Ensuite, parce qu'elle engendre un handicap sévère qui est à l'origine de sédentarité et, par conséquent, de nombreuses autres maladies comme le diabète, l'insuffisance rénale, l'obésité et les maladies cardiovasculaires. Récemment, il a été démontré qu'un patient présentant une arthrose radiologique du genou avait un risque sept fois plus élevé de mourir d'un diabète qu'une personne sans arthrose, si le diagnostic d'arthrose était effectué avant l'âge de 40 ans<sup>1</sup> ! Sept fois, c'est énorme ! C'est pour cette raison que la Food Drug Administration (FDA ou Agence américaine des produits alimentaires et médicamenteux) a récemment considéré que l'arthrose peut être une maladie sévère pour laquelle il n'existe pas de traitement capable de la stopper<sup>2</sup>. Il est donc très important d'encourager la recherche de nouveaux traitements contre l'arthrose » explique le Professeur Yves Henrotin (ULiège), Président de la Fondation Arthrose.

1 – Mendy A, Park J-Y, Vieira E. Osteoarthritis and risk of mortality in the USA : a population-based cohort study. *Int J Epidemiol.* 41 :1821-1829, 2018

2- FDA guidance 2018. Osteoarthritis: Structural Endpoints for the Development of Drugs, Devices, and Biological Products for Treatment Guidance for Industry.

#### Les patients sont-ils conscients de la gravité de cette maladie ?

Beaucoup de personnes (patients ou professionnels de la santé) pensent à tort que l'arthrose est une maladie de vieux et qu'il n'y a rien à faire, mais c'est complètement faux. L'arthrose est bel et bien



une maladie grave, mais pas une fatalité pour autant. Bien informer est donc essentiel pour lutter contre ce type de croyances.

L'arthrose a un impact fort sur la vie quotidienne ! L'enquête « stop arthrose » sur près de 4600 personnes démontre que neuf répondants sur dix (89,4 %) citent la douleur comme leur principale difficulté. « Chez un tiers d'entre eux, elle est permanente. Chez un tiers, elle survient de manière imprévisible. Chez la moitié, elle varie avec l'activité physique. Très fréquente, la gêne fonctionnelle est fortement corrélée à l'existence de douleurs. Une majorité des répondants (54,4 %) est gênée dans ses activités quotidiennes<sup>3</sup>. Un quart d'entre eux (25,4 %) déclarent un impact de l'arthrose sur leur vie de couple et une proportion encore plus forte (28,5 %) sur leur vie sexuelle. Beaucoup déclarent souffrir d'un manque d'écoute et de compréhension de la part de leur entourage, surtout s'ils sont jeunes (respectivement 18,2 % et 27,3 % chez les moins de 40 ans). Plus de 80% des répondants (81,7%) rapportent un impact sur leur moral. De plus, 64 % d'entre eux attribuent à l'arthrose une dégradation de leur image de soi. Parmi les personnes qui travaillent, 3 sur 5 (62,9 %) déclarent un impact de l'arthrose sur leur vie professionnelle<sup>4</sup> » développe le docteur Laurent Grange\* (stop arthrose AFLAR 2013 <https://www.stop-arthrose.org/resultats-de-la-premiere-grande-enquete>).

3 - Grange L. et col : Osteoarthritis in France. The cost of ambulatory care in 2010. 2012 World Congress on Osteoarthritis (Barcelona): 26-29 avril 2012.

4- Bertin, Rannou, Grange et col, Journal of Musculoskeletal Pain 2014.

### **Quelles sont les causes de l'arthrose ?**

« La part génétique est de l'ordre de 60% pour la coxarthrose et l'arthrose digitale et de 40% pour la gonarthrose. Les autres facteurs de risque principaux sont l'obésité, les traumatismes et les déformations (dysplasies et autres varus ou valgus). Une faible activité physique est également considérée comme un facteur de risque dont la fréquence a augmenté de 20 % entre 2000 et 2013<sup>5</sup>. » Commente le Dr Laurent Grange.

5. Forouzanfar M.H., Alexander L., Anderson H.R., et al. Global, regional, and national comparative risk assessment of 79 behavioural, environmental and occupational, and metabolic risks or clusters of risks in 188 countries, 1990-2013 : a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2013 Lancet 2015 ; 386 : 2287-2323.

### **Peut-on prévenir l'arthrose ?**

« Oui. Déjà en perdant du poids si on est en surcharge pondérale. Ensuite, en soignant bien les traumatismes articulaires. En maintenant aussi une musculature performante, c'est-à-dire capable de protéger les articulations lors des mouvements. C'est d'ailleurs pour cette raison qu'il faut réaliser régulièrement des exercices qui améliorent la force et le volume des muscles, mais aussi leur contrôle neuromusculaire, c'est-à-dire la capacité qu'ont les muscles à contrôler un mouvement et à stabiliser l'articulation pendant une activité physique<sup>6</sup>. » précise le Professeur Henrotin.

6. Rausch Osthoff AK, Niedermann K, Braun J, Adams J, Brodin N, Dagfinrud H, Duruoz T, Esbensen BA, Günther KP, Hurkmans E, Juhl CB, Kennedy N, Kiltz U, Knittle K, Nurmohamed M, Pais S, Severijns G, Swinnen TW, Pitsillidou IA, Warburton L, Yankov Z, Vliet Vlieland TPM. 2018 EULAR recommendations for physical activity in people with inflammatory arthritis and osteoarthritis. Ann Rheum Dis. 2018 Sep;77(9):1251-1260.

### **Quelles sont les activités physiques qu'il est conseillé de pratiquer ?**

« La ligue européenne de lutte contre les rhumatismes (EULAR en anglais) recommande la pratique de programmes associant des exercices à visée cardio-respiratoire, d'assouplissement, de renforcement musculaire et d'amélioration du contrôle neuromusculaire. Parmi les activités physiques qui ont fait leurs preuves, citons par exemple le Tai-chi, la marche nordique, le vélo ou encore la natation.



*Précisons toutefois que pour être efficace, l'activité physique devrait être initiée par des prestataires de soins compétents, personnalisée et pratiquée plusieurs fois par semaine<sup>7</sup>. » ajoute Yves Henrotin.*

7 – Henrotin Y, Demoulin C, Mathy C. Traitements non pharmacologiques de l'arthrose : incontournables et indispensables. La revue du praticien, 5 : 510-4, 2019.

## **Existe-t-il de nouveaux traitements de l'arthrose ? Où en est la recherche ?**

La recherche avance, mais pas assez vite aux yeux des patients. Voici les pistes du futur :

### > La biothérapie pour demain dans l'arthrose

*« La biothérapie consiste à injecter un anticorps spécifique pour une molécule impliquée dans le développement de la maladie et de bloquer son activité biologique. En rhumatologie, ces bio médicaments comme les anti-TNF alpha existent depuis plus de 20 ans pour traiter les rhumatismes inflammatoires comme la polyarthrite rhumatoïde ou les spondyloarthrites. Mais ces traitements ne fonctionnent pas pour l'arthrose ! Dès lors, de nouvelles biothérapies sont en cours de développement comme par exemple des anticorps anti NGF (Nerve Growth Factor) capables de bloquer l'influx de la douleur au niveau de l'articulation par une injection tous les 1 à 2 mois. Cette nouvelle biothérapie sera disponible dans l'arsenal thérapeutique des prochaines années » explique le Docteur Grange.*

### > La thérapie cellulaire : pour régénérer le cartilage

*« Le principe de ce nouveau traitement est d'utiliser la faculté des cellules souches (indifférenciées) à se transformer en n'importe quelle cellule de l'organisme (cellules musculaires, cartilagineuses...) et ensuite d'être réinjectées, en une seule fois, dans les lésions du cartilage afin d'avoir des cellules jeunes permettant de reconstruire du cartilage de bonne qualité.*

*Plusieurs stratégies peuvent être utilisées pour réparer le cartilage à l'aide de cellules souches :*

*1/ Prélever des cellules souches dans la graisse abdominale sous-cutanée du patient en faisant une liposuction. Les reprogrammer puis les injecter dans le genou arthrosique. Autologue (provenant de soi et administrée à soi), cette greffe est donc sans risque de rejet. Les tissus adipeux, osseux et articulaires ayant un précurseurs communs, la régénération articulaire est favorisée.*

*2/ Prélever des cellules souches dans la moelle osseuse d'un donneur sain, les congeler puis les réinjecter chez le patient. Actuellement menée sur l'arthrose discale du rachis, cette greffe allogénique facilite le traitement et sa mise en application.*

*3/ Placer des cellules souches reprogrammées dans des biomatériaux afin de créer un tissu cartilagineux capable de rester bien positionné sur le site à traiter. Une technique issue des travaux sur la reprogrammation du prix Nobel 2012 de médecine, le Professeur Yamanaka » développe le rhumatologue.*

## **Pour qui, pour quand ?**

Les études cliniques sont avancées et prometteuses. Les traitements seront possibles d'ici 4 à 5 ans et pourront concerner toutes les articulations chez les patients dont l'arthrose n'est ni trop évoluée ni trop progressive. Les études sont en cours pour savoir si cela fonctionne !

## **Pourquoi une fondation contre l'arthrose ?**

*« La Fondation Arthrose a été créée en 2015 pour aider les patients arthrosiques et soutenir la recherche scientifique. Nous avons pour missions principales d'informer le grand public, ainsi que les professionnels de la santé sur les avancées scientifiques, d'aider les personnes qui souffrent*



*d'arthrose (en organisant notamment des groupes de parole) et de collecter des fonds pour soutenir la recherche fondamentale. En 2017, nous avons organisé la toute première journée entièrement dédiée à l'arthrose à Liège, c'est d'ailleurs ainsi qu'est née la Journée Mondiale de l'Arthrose.*

*Cette manifestation a rassemblé près d'un millier de participants, ce qui montre que les personnes se sentent concernées. L'année dernière, nous avons également donné plus de 10 conférences au travers desquelles nous avons pu mieux informer le public et distribué 18.000 euros de prix pour faire avancer la recherche » décrit Madame Mathy, Administratrice Déléguée de la Fondation Arthrose.*

### **Quels sont les projets de la Fondation ?**

*« Nous allons mettre en place des nouveaux groupes de parole afin d'aider davantage les personnes confrontées aux douleurs de l'arthrose à partager leur expérience et surmonter leurs difficultés. Nous allons également programmer des nouvelles conférences à thème, suivies dans certains cas d'une mise en pratique (par exemple « Penser différemment pour mieux vivre sa douleur » ou encore « Manger sainement pour aider ses articulations »). A l'avenir, nous aimerions aussi développer un programme d'activités physiques spécialement conçu pour les personnes souffrant d'arthrose et adapté à tous, sous la supervision de spécialistes. Enfin, nous allons poursuivre nos efforts pour donner à la Journée Mondiale de l'Arthrose une dimension plus internationale, en multipliant les activités de prévention, les conférences et les rencontres, notamment lors des World Osteoarthritis Day Intergenerational Events (Woodies) » conclut Céline Mathy.*

### **Une collaboration avec l'AFLAR pour mener une grande enquête**

Afin de mieux comprendre l'histoire des personnes qui souffrent d'arthrose, leurs symptômes, mais aussi leurs idées et sentiments sur la maladie ainsi que leurs attentes, l'AFLAR et la Fondation Arthrose se sont associées pour lancer une grande enquête sur la population française et belge (via internet, les réseaux sociaux et un courrier papier) qui sera largement diffusée lors des Wodies notamment, dans le cadre de la Journée Mondiale de l'Arthrose.

### **Comment soutenir la fondation ?**

*« Vous pouvez soutenir nos actions en versant un don sur le compte BE38 0017 6370 0072 (BIC SWIFT GEBABEBB). Chaque don, même petit, est un pas en plus vers la guérison ! Nous sommes également à la recherche de bénévoles pour organiser des collectes de fonds et nous aider sur le plan logistique (faire connaître la Fondation et ses actions, distribuer des documents, réaliser des traductions...) » ajoute Céline Mathy.*

### **En France nous relayons cette journée mondiale en permettant au public de répondre à leurs questions**

Notre équipe de l'AFLAR sera disponible le 17 SEPTEMBRE 2019 de 9h à 17H pour répondre par téléphone aux interrogations des Français sur cette vraie maladie.  
Allo Rhumatisme 0810 42 02 42 (service 0.06 €/min + prix d'un appel)

### **Contacts presse pour la Belgique**

Pr Yves Henrotin, Président et Fondateur  
[yhenrotin@ulg.ac.be](mailto:yhenrotin@ulg.ac.be) - 0475/84 14 61

Céline Mathy, Administratrice déléguée et co-fondatrice  
[admin@fondationarthrose.org](mailto:admin@fondationarthrose.org) - 0498/68 08 41

### **Contacts presse pour la France :**



Dr Laurent Grange, Président de l'AFLAR

[contact@aflar.org](mailto:contact@aflar.org) - 01 45 80 30 00

Allo Rhumatisme 0810 42 02 42 (service 0.06 €/min + prix d'un appel)

Pr Martine Cohen-Solal

Hôpital

Lariboisière, Paris

[Martine.cohen-solal@inserm.fr](mailto:Martine.cohen-solal@inserm.fr)

L'AFLAR relaye et soutient cette initiative

## LA FONDATION ARTHROSE

*La Fondation Arthrose a été créée en 2015 pour soutenir la recherche fondamentale, organiser des campagnes d'information et de sensibilisation et défendre les intérêts des patients auprès des instances compétentes en matière de santé.*

*Elle est à l'origine de la Journée Mondiale de l'Arthrose depuis 2017.*

Fondation Arthrose

Rue de Fraigneux 22B

4100 Bonnelles (Belgique)

[contact@fondationarthrose.org](mailto:contact@fondationarthrose.org) – [www.fondationarthrose.org](http://www.fondationarthrose.org)



Fondation Arthrose

## L'ASSOCIATION FRANCAISE DE LUTTE ANTI-RHUMATISMALE

*L'AFLAR a été fondée en 1928 sous le nom de Ligue Française contre le Rhumatisme. C'est la seule association concernant les maladies des os et des articulations reconnue d'utilité publique (depuis 1937).*

*L'AFLAR a pour mission d'optimiser et de coordonner la lutte contre les affections ostéo-articulaires et leurs conséquences, en rassemblant toutes les personnes physiques et morales concernées (dont les associations de maladies affiliées, consacrées à une seule maladie).*

*Elle a également pour objectif l'amélioration de la qualité de vie des groupes de Patients concernés chacun par l'une des grandes affections rhumatismales : arthrites, arthrose, mal de dos, ostéoporose...sans oublier les maladies orphelines comme le syndrome d'Ehlers-Danlos, le syndrome de Sapho...*

**Association Française de Lutte Anti-Rhumatismale**

**Reconnue d'Utilité Publique**

2 rue Bourgon – 75013 Paris (France)

Tél : +33(0)1 45 80 30 00 – Fax : +33(0)1 45 80 30 31

[contact@aflar.org](mailto:contact@aflar.org) – [www.aflar.org](http://www.aflar.org)

**ALLO OSTEOPOROSE** : 0 810 43 03 43

**ALLO RHUMATISMES** : 0 810 42 02 42

