



Rheumaliga Schweiz
Ligue suisse contre le rhumatisme
Lega svizzera contro il reumatismo

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Nouvelle brochure sur la goutte et la pseudogoutte

La Ligue suisse contre le rhumatisme explique les causes, le diagnostic et le traitement des deux maladies microcristallines les plus fréquentes

Zurich, le 23 février 2026

La Ligue suisse contre le rhumatisme publie la brochure « Goutte et pseudogoutte ». Elle décrit les deux maladies microcristallines de l'appareil locomoteur les plus fréquentes et montre comment elles apparaissent, pourquoi elles font mal, et quelles mesures adopter pour la gérer et la traiter. La brochure a été rédigée pour les personnes concernées, leurs proches et les professionnel·le·s de la santé.

La goutte est due à l'accumulation de cristaux d'acide urique dans les articulations, et la pseudogoutte, elle, à l'accumulation de cristaux de calcium pyrophosphate. Toutes deux sont très douloureuses, restrictives et très pénibles au quotidien. De nombreuses personnes ont des douleurs récurrentes, une mobilité réduite et vivent dans la crainte de la prochaine crise. Outre les manifestations physiques, elles font face à l'incompréhension de leur entourage et ont l'impression de ne pas être prises au sérieux. La nouvelle brochure de la Ligue suisse contre le rhumatisme décrit les causes et les symptômes des deux maladies, donne des conseils pratiques pour les traiter et montre comment les personnes concernées peuvent bien gérer leur quotidien malgré leurs symptômes. Elle fournit des explications, donne de l'espoir et montre comment participer activement au traitement.

La goutte en Suisse

En Suisse, quelque 146 000 personnes sont atteintes de goutte. Elle se manifeste surtout chez les hommes porteurs de facteurs de risque tels qu'un surpoids, une hypertension, une hyperlipidémie et une hyperglycémie. La goutte est la maladie articulaire inflammatoire la plus fréquente chez les hommes de 40 ans et plus. Le nombre de cas a augmenté ces dernières années, et cette tendance se maintiendra sans doute à l'avenir.

L'article [« Goutte : son impact sur la vie des personnes concernées »](#) de la Ligue suisse contre le rhumatisme donne un aperçu de la réalité à laquelle les personnes concernées sont confrontées.

N'oublions pas la pseudogoutte

Le cartilage a tendance à se calcifier au fil des années. En Suisse, on estime qu'un demi-million de personnes sont concernées par une calcification asymptomatique du cartilage. On parle de pseudogoutte, ou d'accumulation de cristaux de CPP avec douleurs inflammatoires dans le jargon médical, lorsque ces accumulations provoquent une inflammation et des symptômes. On





RheumaLiga Schweiz
Ligue suisse contre le rhumatisme
Lega svizzera contro il reumatismo

ignore le nombre de personnes concernées, mais on sait que la pseudogoutte se manifeste surtout chez les personnes âgées, et bien plus souvent chez les femmes que chez les hommes. Elle accompagne souvent d'autres maladies chroniques comme les problèmes cardiovasculaires ou les arthroses. Avec cette brochure, la Ligue suisse contre le rhumatisme souhaite transmettre des connaissances sur la pseudogoutte, aider à prévenir les erreurs de diagnostic et faciliter le choix de traitements adaptés.

Conseils pour le traitement à long terme de la goutte

Si le froid, le repos et la prise de médicaments atténuent souvent rapidement une crise de goutte, le traitement à long terme demande de la patience et de la régularité. La brochure montre deux approches combinables : une prise quotidienne de médicaments pour réduire la concentration d'acide urique pendant plusieurs années et sous surveillance médicale, et une modification prudente de l'alimentation. Ces approches ont un effet positif sur le taux d'acide urique et sur le métabolisme des graisses et du sucre. La brochure contient aussi des informations sur l'entraide disponible, les substances végétales, les tisanes d'herbes médicinales, les cataplasmes et enveloppements ou encore les moyens auxiliaires ergonomiques qui simplifient le quotidien et soulagent les douleurs articulaires.



Les offres de la Ligue suisse contre le rhumatisme pour les personnes concernées

La Ligue suisse contre le rhumatisme accompagne les personnes concernées dans leur quête d'informations et dans leur gestion des symptômes au quotidien. Elle fournit un conseil personnalisé, des formations et des exercices utiles :

- articles sur la [goutte](#) et la [pseudogoutte](#)
- [conseils téléphoniques par des spécialistes](#)
- brochure sur la goutte rédigée [en langage simplifié](#)
- moyens auxiliaires [disponibles dans la boutique en ligne](#)
- [vidéos d'exercices à faire](#) à la maison

Commandez gratuitement la brochure de 64 pages, disponible en trois langues (allemand, français et italien), dans la boutique en ligne de la Ligue suisse contre le

rhumatisme.

Pour plus de renseignements

Tina Spichtig, co-responsable Communication et marketing, tél. 044 487 40 66,
t.spichtig@rheumaliga.ch





Rheumaliga Schweiz
Ligue suisse contre le rhumatisme
Lega svizzera contro il reumatismo

La **Ligue suisse contre le rhumatisme** intervient là où existent des lacunes de prise en charge, aussi bien chez les personnes concernées que chez les professionnel·le·s de la santé. Grâce à elle, ces lacunes sont comblées. Elle est l'organisation faîtière de 16 ligues cantonales contre le rhumatisme et de six organisations nationales de patient·e·s.

Elle est la première interlocutrice pour les personnes concernées, propose des conseils à bas seuil et est considérée comme un organisme de formation continue polyvalent pour les professionnel·le·s de la santé (médecins de famille, pharmacien·ne·s, infirmiers·ère·s, physiothérapeutes, ergothérapeutes, assistant·e·s médicaux·ales). Elle assume la responsabilité de projets de prise en soins innovants, par exemple dans la prévention et les soins de base. La Ligue suisse contre le rhumatisme a été fondée en 1958. Elle est en majeure partie financée par des dons et porte le label ZEWO attribué aux organismes d'utilité publique.

Le **rhumatisme** englobe 200 maladies différentes de l'appareil moteur, donc des muscles, des tendons, des articulations, des os et du tissu conjonctif. Les personnes concernées souffrent souvent de fortes douleurs et de restrictions de mobilité. Il n'est pas rare que des organes soient touchés eux aussi. La Suisse compte près de 2 millions de personnes atteintes de rhumatisme. Les enfants et les jeunes peuvent aussi être concernés : un enfant sur mille est atteint d'une maladie rhumatismale.

