



COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Arthrose – Que puis-je faire ?

Du 3 au 10 septembre 2018, la Ligue suisse contre le rhumatisme organise 15 journées publiques de la santé

Zurich, le 15 août 2018

L'arthrose est la maladie articulaire la plus fréquente chez les adultes. Plus de 15 pour cent des personnes âgées de 65 à 74 ans souffrent d'arthrose, c'est-à-dire de douleurs et d'inflammations dans les articulations. Afin d'informer le public sur les causes et les traitements de l'arthrose, la Ligue suisse contre le rhumatisme organise du 3 au 10 septembre la semaine nationale d'action « Arthrose – Que puis-je faire ? », durant laquelle les visiteurs pourront assister à des exposés et recevoir des conseils personnalisés ainsi que des astuces pratiques pour lutter contre l'arthrose.

Des journées publiques de la santé dans toute la Suisse

Au cours d'ateliers gratuits, des rhumatologues s'exprimeront sur les aspects médicaux de l'arthrose ainsi que sur les traitements permettant d'y remédier. Des physiothérapeutes et des ergothérapeutes informeront le public de l'importance des exercices et de la protection des articulations. Des experts en nutrition seront également présents pour expliquer l'importance d'une alimentation adaptée et comment la planifier. Pendant les pauses, les participants pourront recevoir des conseils personnalisés d'experts. Les journées publiques de la santé auront lieu du 3 au 10 septembre 2018 dans les villes suivantes : Zurich, Berne, Bâle, Neuchâtel, Lugano, Sion, Lausanne, Lucerne, St-Gall, Weinfelden, Baar, Schinznach, Rheinfelden, Bad Zurzach et Delémont.

Qu'est-ce que l'arthrose ?

L'arthrose désigne une dégénérescence prématurée du cartilage articulaire. Il s'agit d'une pathologie des articulations accompagnée de phénomènes dégénératifs. L'arthrose est la cause la plus fréquente de douleur et de perte de mobilité chez les personnes âgées. La maladie peut toucher toutes les articulations, mais on la retrouve le plus souvent au niveau des hanches, des genoux, des gros orteils à leur base et des doigts. L'arthrose douloureuse est une maladie chronique à progression lente. Souvent, la qualité du cartilage articulaire a commencé à se dégrader bien avant l'apparition des douleurs.

La chirurgie peut être évitée dans la plupart des cas

Un diagnostic précoce est essentiel pour stopper la dégénérescence articulaire. En cas de raideurs matinales et de perte de mobilité, la Ligue suisse contre le rhumatisme recommande de consulter un médecin. La chirurgie n'est nécessaire que dans de rares cas, car une thérapie ciblée permet d'obtenir d'excellents résultats. Pendant les journées de la santé, des experts en rhumatologie présenteront plusieurs options thérapeutiques contre l'arthrose et expliqueront pourquoi l'activité physique est l'option de traitement prioritaire, alors que la chirurgie est le dernier recours.



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

Des informations compactes

La brochure actualisée de 56 pages « Arthrose » fournit des informations sur le tableau clinique et les options thérapeutiques, tout en encourageant les personnes concernées à jouer un rôle actif dans leur traitement. La pratique d'une activité physique ciblée constitue en effet le principal remède contre l'arthrose. La brochure sera disponible gratuitement dans la boutique de la Ligue suisse contre le rhumatisme à partir du 3 septembre 2018.

Brochure « Arthrose » (numéro d'article F301)

Programme des journées publiques de la santé

« Arthrose » :

www.ligues-rhumatisme.ch/blog/2018/aktionswoche-2018-arthrose-que-puis-je-faire



Download : [Visual Semaine d'action](#)

Lien : www.ligues-rhumatisme.ch/medien/arthrose-was-kann-ich-selbst-tun



Version actualisée !
Disponible à partir du 3 septembre 2018.

Informations complémentaires

Marina Frick, RP & Projets

Ligue suisse contre le rhumatisme

Tél. 044 487 40 16

m.frick@rheumaliga.ch

www.ligues-rhumatisme.ch

