

## Qu'est-ce que c'est?



La polyarthrite rhumatoïde est une maladie chronique (de longue durée) qui provoque une douleur, une enflure et une raideur des articulations. Il s'agit de l'une des formes d'arthrite inflammatoire les plus fréquentes. Le système immunitaire de l'organisme devient confus et commence à attaquer ses propres articulations, ce qui cause l'inflammation.

Le mot « inflammation » provient du latin *inflammare* qui veut dire « prendre en feu ». Chez les personnes atteintes de polyarthrite rhumatoïde, l'inflammation rend les articulations chaudes, enflées et douloureuses. En d'autres termes, on croirait que les articulations sont « en feu ». Malheureusement, nous ne savons pas encore pourquoi le système immunitaire agit de la sorte ou quel est l'élément déclencheur.

Si vous souffrez de polyarthrite rhumatoïde, sachez que c'est probablement le meilleur moment de l'histoire pour lutter contre cette maladie. L'approche dans le traitement de la maladie n'est plus ce qu'elle était et les médicaments disponibles aujourd'hui sur le marché sont beaucoup plus efficaces que dans le passé. La recherche a démontré que si l'on suit un traitement précoce de la polyarthrite rhumatoïde, il est beaucoup plus probable de passer à une rémission. Quelques mois seulement peuvent faire toute la différence. Il est important d'« éteindre le feu » le plus rapidement possible.



**La polyarthrite rhumatoïde est un feu dans vos articulations provoqué par l'inflammation. Il faut éteindre le feu à un stade précoce pour éviter les lésions à votre corps.**

Supposons que vous êtes assis dans votre salon et buvez un bon café quand, tout à coup, vous voyez du feu sur la cuisinière. Qu'allez-vous faire? Rester assis et attendre que le feu se propage sur les murs et le plafond, ou appeler le service d'incendie et trouver un extincteur le plus rapidement possible? La polyarthrite rhumatoïde est comme un feu qui brûle dans vos articulations.

## Que va-t-il m'arriver?



Les symptômes de la maladie se manifestent habituellement lentement et ne touchent que quelques articulations, soit un genou, un poignet, les mains ou même les pieds. Avec le temps, d'autres articulations peuvent devenir douloureuses. La maladie peut quelquefois frapper rapidement et, dans d'autres cas, semble sauter d'une articulation à l'autre.

Chez les personnes atteintes de polyarthrite rhumatoïde, le matin est généralement le pire moment de la journée lorsque la douleur et la raideur frappent les articulations. La raideur matinale ou après des périodes de repos est très courante chez les personnes souffrant de polyarthrite rhumatoïde. La raideur persiste entre 30 et 60 minutes avant que les articulations se décontractent. La fatigue est également un symptôme très courant.

Il est important de se rappeler que la polyarthrite rhumatoïde, tout comme d'autres types d'arthrite inflammatoire, consiste en une inflammation chronique (de longue durée) malsaine pour l'organisme. L'enflure chronique d'une articulation peut causer des lésions permanentes. Nous savons aussi maintenant que la polyarthrite rhumatoïde, ou tout autre type d'arthrite inflammatoire, est liée aux maladies cardiovasculaires. Cela signifie que les personnes atteintes de polyarthrite rhumatoïde sont plus à risque de développer une maladie cardiovasculaire que celles qui ne sont pas aux prises avec la maladie.

Il faut « éteindre le feu » le plus rapidement possible avant de causer des dommages à votre corps et à vos articulations. Une fois les articulations endommagées, aucun médicament ne pourra rétablir leur mobilité et leur fonction. Il faut arrêter la polyarthrite rhumatoïde avant qu'elle n'endommage vos articulations.

## Que puis-je faire?



Une des premières choses à faire est de prendre en charge votre arthrite. Si vous êtes atteint ou croyez être atteint de polyarthrite rhumatoïde, votre médecin de famille pourra vous diriger vers un rhumatologue. Le rhumatologue est un médecin spécialisé dans le domaine de l'arthrite. Il est le mieux placé pour vous aider à prendre en charge votre maladie.

Il est important de traiter la polyarthrite rhumatoïde avec des médicaments qui aident à contrôler les symptômes **et** à prévenir les lésions causées aux articulations à long terme. Ces médicaments sont répartis en deux catégories :

1. **Les antirhumatismaux modificateurs de la maladie (ARMM)**
2. **Les médicaments biologiques**

Si vous êtes atteint de polyarthrite rhumatoïde, vous **devriez** prendre des ARMM et/ou des médicaments biologiques.

Assurez-vous de faire tout ce que vous pouvez pour réduire le risque de maladie cardiovasculaire. Maintenez votre pression artérielle et un niveau de cholestérol sain. Si vous êtes diabétique, assurez-vous de maîtriser votre glycémie. Si vous fumez, prendre la décision de cesser de fumer peut améliorer votre état et se veut la meilleure chose que vous puissiez faire pour votre santé. Voici d'autres recommandations à suivre :

- **Renseignez-vous le plus possible sur la maladie**
- **Prenez rendez-vous régulièrement avec votre rhumatologue**
- **Passez des tests sanguins, tel que suggéré par votre rhumatologue**
- **Réduisez votre risque de maladie cardiovasculaire**

## Visitez RheumInfo.com



RheumInfo.com est un site Web didactique qui met à votre disposition de l'information sur la polyarthrite rhumatoïde et les traitements de la maladie. Ce site Web est géré par le Dr Andy Thompson, rhumatologue.