



## Arthrite chez l'adulte

🕒 paru le 08/04/2020 • adapté au contexte belge francophone • dernière adaptation de contenu le 05/07/2022

Un guide-patient est un outil réalisé pour vous aider à faire des choix pour votre santé. Il vous propose des informations basées sur la recherche scientifique. Il vous explique ce que vous pouvez faire pour améliorer votre santé ou ce que les professionnels peuvent vous proposer lors d'une consultation. Bonne lecture !

### Une arthrite, qu'est-ce que c'est ?

Une arthrite est une inflammation d'une articulation.

### Une articulation, qu'est-ce que c'est ?

Une articulation est l'endroit où 2 os se rejoignent :

- une extrémité a généralement une forme arrondie, l'autre une forme plate ou creuse. Les deux extrémités s'emboîtent l'une dans l'autre ;
- l'extrémité de chaque os de l'articulation est recouverte d'une couche de cartilage ;
- l'articulation est enveloppée dans une gaine, la capsule articulaire ; la face interne de cette capsule est également recouverte d'une membrane synoviale ;
- cette membrane produit un lubrifiant, le liquide synovial, qui permet à l'articulation de bouger facilement.

### Une arthrite, qu'est-ce que c'est ?

Une arthrite est une inflammation articulaire.

- Si une seule articulation est enflammée, on parle de monoarthrite.
- Si plusieurs articulations sont enflammées, on parle de polyarthrite.

Les principaux signes de l'inflammation d'une articulation sont :

- gonflement de l'articulation ;
- rougeur de la peau au niveau de l'articulation ;
- chaleur au niveau de l'articulation ;
- douleur au niveau de l'articulation et limitation des mouvements.

Souvent, en cas d'inflammation, la membrane synoviale produit plus de liquide dans l'articulation ce qui empêche l'articulation de fonctionner normalement.

### Quelles sont les causes d'une arthrite ?

Les causes d'inflammation articulaire (arthrite) sont très nombreuses. Une arthrite peut être traumatique ou non traumatique.

Les arthrites traumatiques sont causées par un accident, par exemple un accident sportif.

Les arthrites non traumatiques sont causées par une infection (arthrite infectieuse) ou non (arthrite aseptique) :

- l'arthrite aseptique est la plus fréquente, par exemple :
  - la [polyarthrite rhumatoïde](#),
  - la [goutte](#). C'est le cas 2 fois sur 10,
- l'[arthrite psoriasique](#),
- une arthrite causée par une autre maladie, par exemple par une [maladie inflammatoire chronique des intestins](#). C'est ce que l'on appelle une [arthrite réactionnelle](#) ;
- l'arthrite infectieuse (arthrite septique) est causée par un virus ou une bactérie, dans l'articulation. C'est le cas moins de 1 fois sur 10.

Dans certains cas, on ne trouve pas la cause. C'est le cas un peu plus de 3 fois sur 10. On parle alors d'arthrose primaire (ou idiopathique).

### Quelle est la fréquence de l'arthrite chez l'adulte ?

Pour 10 000 adultes, on compte 25 personnes avec arthrite.

### Comment reconnaître une arthrite ?

L'arthrite peut se manifester par

- un gonflement de l'articulation ;
- une chaleur au niveau de l'articulation ;
- une rougeur au niveau de l'articulation ;
- une douleur ;
- une raideur de l'articulation ;
- une limitation des mouvements (limitation fonctionnelle) : certains mouvements sont plus difficiles ou même impossibles, à cause du gonflement et de la douleur.

Une monoarthrite touche surtout les grandes articulations comme

- le genou,
- la hanche,
- l'épaule.

Une polyarthrite touche surtout les petites articulations comme celles des doigts.

La goutte commence très souvent à la base du gros orteil.

Au fil du temps, les articulations touchées peuvent se déformer, surtout au niveau des mains.

### Comment le diagnostic d'arthrite est-il posé ?

Il existe beaucoup de causes possibles d'arthrite. Il faut donc parfois quelques semaines à quelques mois pour poser le bon diagnostic.

### Discussion

Votre médecin vous pose quelques questions. Par exemple :

- Avez-vous eu un accident ?
- Depuis combien de temps avez-vous des symptômes ?
- C'est la première inflammation que ça arrive ? Est-ce déjà arrivé (rechute) ?
- Avez-vous de la fièvre ?
- Vos articulations sont-elles raides après une période de repos ?
- Des personnes souffrent-elles de rhumatisme dans votre famille ?
- Avez-vous d'autres maladies ?
- Avez-vous eu des problèmes de peau, des problèmes digestifs ou urinaires récemment ?

### Examen clinique

Votre médecin examine vos articulations pour savoir s'il y a réellement de l'inflammation articulaire. Typiquement, une articulation enflammée bouge moins bien (limitation fonctionnelle). S'il y a des signes classiques d'inflammation, l'arthrite est très probable.

### Examens complémentaires

Les examens complémentaires peuvent être :

- une ponction pour retirer le liquide de l'articulation (ponction articulaire) :
  - en cas d'arthrite traumatique, le liquide contient surtout du sang ;
  - en cas d'infection, le liquide est plutôt trouble à purulent ;
  - en cas de maladie rhumatismale, le liquide est jaune transparent ;
  - le liquide est envoyé au laboratoire pour d'autres analyses, par exemple :
    - recherche de cristaux d'acide urique pour poser le diagnostic de goutte,
    - culture pour rechercher une infection ;
- une prise de sang, par exemple :
  - nombre de globules blancs. Il y a plus de globules blancs en cas d'infection ;
  - acide urique, pour la goutte. Mais l'acide urique peut être normal ou bas pendant une crise de goutte ;
  - facteurs inflammatoires ;
- une analyse d'urine en cas d'écoulement urétral ou de rapport sexuel à risque ;
- une analyse de selles en cas de problèmes gastro-intestinaux.

### Que pouvez-vous faire ?

Si vous souffrez d'arthrite, ne restez pas sans rien faire. Mais ne prenez pas de traitement de votre propre initiative si vous ne connaissez pas la cause de votre arthrite. Consultez votre médecin.

Vous pouvez mettre de la glace sur l'articulation enflammée.

Essayez de ne pas trop bouger l'articulation enflammée. Si nécessaire, utilisez des béquilles pendant un petit temps.

Si vous souffrez de [goutte](#), il vaut mieux éviter :

- les boissons sucrées et alcoolisées,
- la viande (filet de veau, porc ou agneau) en trop grande quantité,
- les crustacés (homard, moules),
- les abats (foie, rognons, ris de veau).

### Que peut faire votre médecin ?

Si votre médecin connaît la cause de votre arthrite, il peut vous proposer un traitement :

- anti-inflammatoire, par exemple ibuprofène ou naproxène ;
- en cas de monoarthrite non infectieuse (aseptique), une [infiltration](#) de cortisone ;
- en cas de crises de [goutte](#) fréquentes, l'allopurinol.

Si votre médecin pense à une arthrite infectieuse ou à une [polyarthrite rhumatoïde](#), ou si le traitement n'est pas efficace, il vous oriente vers un spécialiste.

Une arthrite infectieuse nécessite généralement l'administration rapide d'antibiotiques par perfusion.

Pour les affections rhumatismales, un traitement de fond peut diminuer le nombre de crises et éviter les lésions permanentes aux articulations.

### En savoir plus ?

- [Anti-inflammatoires non-stéroïdiens – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)
  - [Ibuprofène – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)
  - [Naproxène – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)
- [Corticostéroïdes – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)
- [Allopurinol – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)

## Sources

Source principale

[Guide de pratique clinique étranger 'Examen clinique de patients présentant une inflammation des articulations dans le cadre des soins de santé primaires' \(2000\), mis à jour le 25.07.2017 et adapté au contexte belge le 05.11.2017 – ebpracticenet](#)

Autre source

[Gout diet: What's allowed, what's not, mis à jour le 25.06.2022, consulté le 05.07.2022 – MAYO CLINIC](#)