



Avez-vous des douleurs liées à l'arthrose?

Apprenez à connaître vos options de traitement de la douleur

L'arthrose touche chaque personne différemment. Pour certaines personnes, c'est une affection relativement légère qui n'a pas d'incidence sur les activités quotidiennes, tandis que pour d'autres, elle peut causer une douleur et une invalidité importantes¹.

Le traitement peut comprendre des étapes que vous pouvez suivre sous la supervision d'un professionnel de la santé, y compris de vous éduquer sur l'arthrose et les façons dont vous pouvez prendre en charge les symptômes par vous-même, comme la douleur liée à l'arthrose².



SYNVISC® et Synvisc-One® sont les viscosuppléments les plus utilisés au Canada³

SYNVISC® (hylane G-F 20) est une injection intra-articulaire utilisée pour soulager la douleur associée à l'arthrose du genou, de la hanche, de la cheville et de l'épaule⁴.

Synvisc-One® (hylane G-F 20) est une injection intra-articulaire utilisée pour traiter la douleur associée à l'arthrose du genou⁵.

Vous souhaitez plus de renseignements?

Consultez notre site www.synviscone.ca/fr

 www.facebook.com/SynviscCanada/

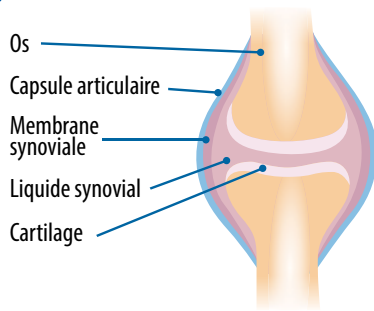
 [synvisccanada](https://www.instagram.com/synvisccanada)

 Composez le 1 800 796-7991

sanofi

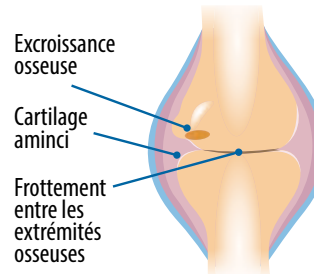
L'arthrose est une maladie évolutive de toute l'articulation⁶

Une articulation en santé possède un cartilage qui recouvre et protège les extrémités des os^{6,7} et un liquide synovial qui réduit la friction et l'usure de l'articulation synoviale⁷.



Articulation normale du genou⁸

- Le **cartilage** est un tissu protecteur lisse qui recouvre les extrémités des os pour réduire la friction lors des mouvements des articulations⁹.
- Le **liquide synovial** agit comme un lubrifiant et une couche absorbant les chocs⁷.
- Le liquide synovial contient une **hyaluronane ayant une masse molaire élevée (poids moléculaire élevé)**, ce qui lui donne la viscosité nécessaire pour agir comme un lubrifiant⁷.
- Les autres parties de l'articulation comprennent la synoviale (revêtement de l'articulation), les tissus mous (y compris les tendons et les ligaments) et les ménisques (dans le genou)¹.



Articulation du genou avec arthrose⁸

- L'arthrose survient lorsque le cartilage qui protège les extrémités des os des articulations se détériore progressivement, jusqu'au point où elles s'usent complètement, les os finissant par se frotter l'un contre l'autre¹⁰. L'arthrose touche toute l'articulation, entraînant des changements dans l'os, une détérioration des tissus conjonctifs qui maintiennent l'articulation ensemble et fixent le muscle à l'os, et une inflammation du revêtement de l'articulation¹⁰.
- Les symptômes peuvent habituellement être maîtrisés, mais les dommages aux articulations ne sont pas réversibles¹⁰.

Quelles sont les causes de l'arthrose?

On ne sait pas précisément ce qui provoque ou déclenche la dégradation des tissus d'une articulation¹. Cependant, certains facteurs de risque peuvent accroître le risque d'arthrose, y compris, mais sans s'y limiter, l'âge avancé, le sexe féminin, une prédisposition génétique, des blessures articulaires antérieures, l'obésité (poids corporel excédentaire) et certaines maladies métaboliques¹⁰.

Les articulations les plus fréquemment touchées par l'arthrose comprennent **le genou, la hanche, l'épaule, les mains, le dos** et autres¹¹.

Les symptômes de l'arthrose peuvent apparaître et disparaître, mais l'intensité de la douleur peut augmenter au fil du temps¹¹.

- Douleur articulaire (l'intensité de la douleur peut augmenter avec le temps, car l'arthrose est une maladie évolutive)¹¹
- Raideur articulaire après qu'elle n'ait pas bougé pendant un certain temps (comme au réveil le matin)¹¹
- Enflure des articulations¹¹
- Dysfonctionnement articulaire (dû à la douleur ou à une diminution des mouvements)¹¹
- Crépitement articulaire (sensation de frottement ou « grincement » lorsque l'articulation bouge)¹¹

Le saviez-vous?

Les conditions météorologiques et le climat peuvent avoir un effet significatif sur l'arthrite et les articulations douloureuses¹². Bien que le lien entre les conditions météorologiques et les douleurs articulaires ne soit pas bien compris, certaines recherches indiquent une corrélation entre la douleur et l'humidité relative, la pression de l'air, la vitesse du vent, le temps froid et les fluctuations saisonnières¹².

Portez attention à votre propre expérience avec l'arthrose pour mieux comprendre comment les conditions météorologiques peuvent vous affecter.

Est-ce de l'arthrose?

Si vous avez des douleurs, de l'enflure ou des raideurs dans les articulations, ou si vous avez de la difficulté à bouger une articulation ou à effectuer vos activités quotidiennes, prenez rendez-vous avec votre médecin si vos symptômes durent trois jours ou plus, ou si vous présentez plusieurs épisodes de symptômes articulaires au cours du même mois¹³. Pour aider votre médecin à mieux comprendre vos symptômes, il est important de fournir le plus de détails possible, y compris la gravité de votre douleur (par exemple, faible douleur, douleur intense, ou la pire douleur vécue), et les articulations qui vous font mal¹⁴. Décrivez également comment votre douleur a une incidence sur votre qualité de vie, y compris vos activités physiques, votre sommeil, votre santé mentale, vos relations interpersonnelles, et votre rendement au travail¹⁴.

Diagnostiquer l'arthrose

Il n'existe aucun examen particulier qui permet de diagnostiquer l'arthrose¹⁵.

Les façons par lesquelles votre médecin peut diagnostiquer l'arthrose et exclure d'autres affections comprennent les suivantes¹⁶ :

- Examen physique pour vérifier l'articulation touchée à l'affût de toute enflure, rougeur ou perte de flexibilité¹⁶
- Analyse du liquide articulaire pour dépister une inflammation et exclure d'autres causes de douleur articulaire¹⁶
- Radiographie pour aider à déterminer la perte de cartilage¹⁶
 - o Pour les articulations des hanches et des genoux, les radiographies avec port de poids permettent de visualiser avec précision l'espace articulaire dans l'arthrose du genou légère à modérée¹⁷
- L'imagerie par résonance magnétique (IRM) n'est pas souvent nécessaire pour diagnostiquer l'arthrose, mais elle peut aider à fournir plus d'information dans les cas complexes¹⁶

Quels professionnels de la santé soutiennent les patients atteints d'arthrose?

Il existe différents types de professionnels de la santé qui traitent et soutiennent les patients atteints d'arthrose, selon les besoins thérapeutiques uniques de chaque personne, notamment¹⁸ :

- Chirurgien orthopédique¹⁸
- Spécialiste de médecine sportive et de l'exercice¹⁹
- Physiatre (spécialiste de la réadaptation physique)²⁰
- Rhumatologue¹⁸
- Médecin de famille¹⁸
- Physiothérapeutes et ergothérapeutes¹⁸
- Spécialistes des orthèses et des appareils orthopédiques (attelles, supports et bandages)¹⁸

Puisque jusqu'à 87 % des adultes atteints d'arthrose présenteraient, selon les estimations, au moins **une autre affection chronique importante**, vous pourriez également consulter d'autres spécialistes de la santé²¹.

Les affections qui coexistent le plus souvent avec l'arthrose sont les maladies cardiovasculaires, le diabète sucré (diabète de type II) et l'hypertension (tension artérielle élevée)²¹.

De quelles façons traite-t-on la douleur associée à l'arthrose?

Il existe des traitements qui peuvent aider à réduire la douleur associée à l'arthrose¹⁶.

Auto-prise en charge

Une étape importante est de vous renseigner sur l'arthrose et sur ce que vous pouvez faire pour maîtriser vos symptômes par vous-même. Votre médecin peut ou non recommander l'élaboration d'un plan d'auto-prise en charge sous sa supervision, qui peut inclure des exercices thérapeutiques, des activités physiques et la maîtrise du poids (le cas échéant)².

Le saviez-vous?

On croit souvent à tort que les articulations douloureuses nécessitent du repos. Au contraire, le manque de mouvement peut affaiblir les muscles et aggraver la douleur et la raideur². L'activité physique renforce les muscles et les tissus conjonctifs autour des articulations et aide à soutenir les articulations ayant été endommagées par l'arthrose². Elle aide également à réduire la douleur et la fatigue, et améliore la mobilité². Une activité physique légère à modérée qui n'exerce pas de pression sur les articulations touchées peut fournir une protection en renforçant les muscles qui les entourent, en augmentant le débit sanguin vers l'articulation, et en favorisant la régénération articulaire². Demandez à votre médecin si vous devriez consulter un physiothérapeute ou un ergothérapeute qui pourrait vous aider avec un programme d'exercice ou des appareils de soutien².

Traitement médicamenteux

Les médicaments qui peuvent aider à soulager la douleur liée à l'arthrose sont offerts sous forme topique (crèmes ou pommades) et orale (pilules)²².

Les anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS) en vente libre, comme l'ibuprofène et le naproxène sodique, pris aux doses recommandées, peuvent aider à soulager la douleur liée à l'arthrose. Des AINS plus puissants sont disponibles sur ordonnance¹⁶.

Parlez à votre médecin au sujet des médicaments qui vous conviennent le mieux²².

Suivez toujours les consignes de votre médecin lorsque vous prenez des médicaments.

Injections de cortisone

Les injections d'un corticostéroïde directement dans l'articulation peuvent aider à soulager la douleur pendant quelques semaines. Ce médicament peut aggraver les lésions articulaires avec le temps, ce qui limite généralement l'utilisation à 3 ou 4 injections par année¹⁶.

Viscosuppléments

La viscosuppléance est une procédure qui consiste à injecter dans une articulation une substance semblable à un gel appelée hyaluronate ou acide hyaluronique^{23,24}.

L'acide hyaluronique est une substance qui a un poids moléculaire élevé et qui est naturellement présente dans le liquide synovial qui entoure les articulations⁷. Lorsque l'acide hyaluronique (comme viscosupplément) est injecté dans une articulation, il agit comme lubrifiant, ce qui peut aider à soulager la douleur²³.

Il peut également permettre un mouvement plus ample de l'articulation²⁴.

SYNVISC® et **Synvisc-One®** sont deux exemples de viscosuppléments^{4,5}. Ils sont biologiquement similaires à l'hyaluronane. L'hyaluronane est un composant du liquide synovial qui est responsable de sa viscoélasticité^{4,5}. Ils sont également des viscosuppléments de poids moléculaire élevé, qui sont recommandés pour soulager la douleur et aider à réduire l'inconfort, permettant ainsi un mouvement plus ample du genou^{4,5,25}.

- **SYNVISC®** est utilisé pour traiter la douleur associée à l'arthrose du genou, de la hanche, de la cheville et de l'épaule⁴.
- **Synvisc-One®** est utilisé pour traiter la douleur associée à l'arthrose du genou⁵.

Ces produits peuvent ne pas vous être adaptés. Parlez-en à votre professionnel de la santé.

À quel moment recommande-t-on une intervention chirurgicale?

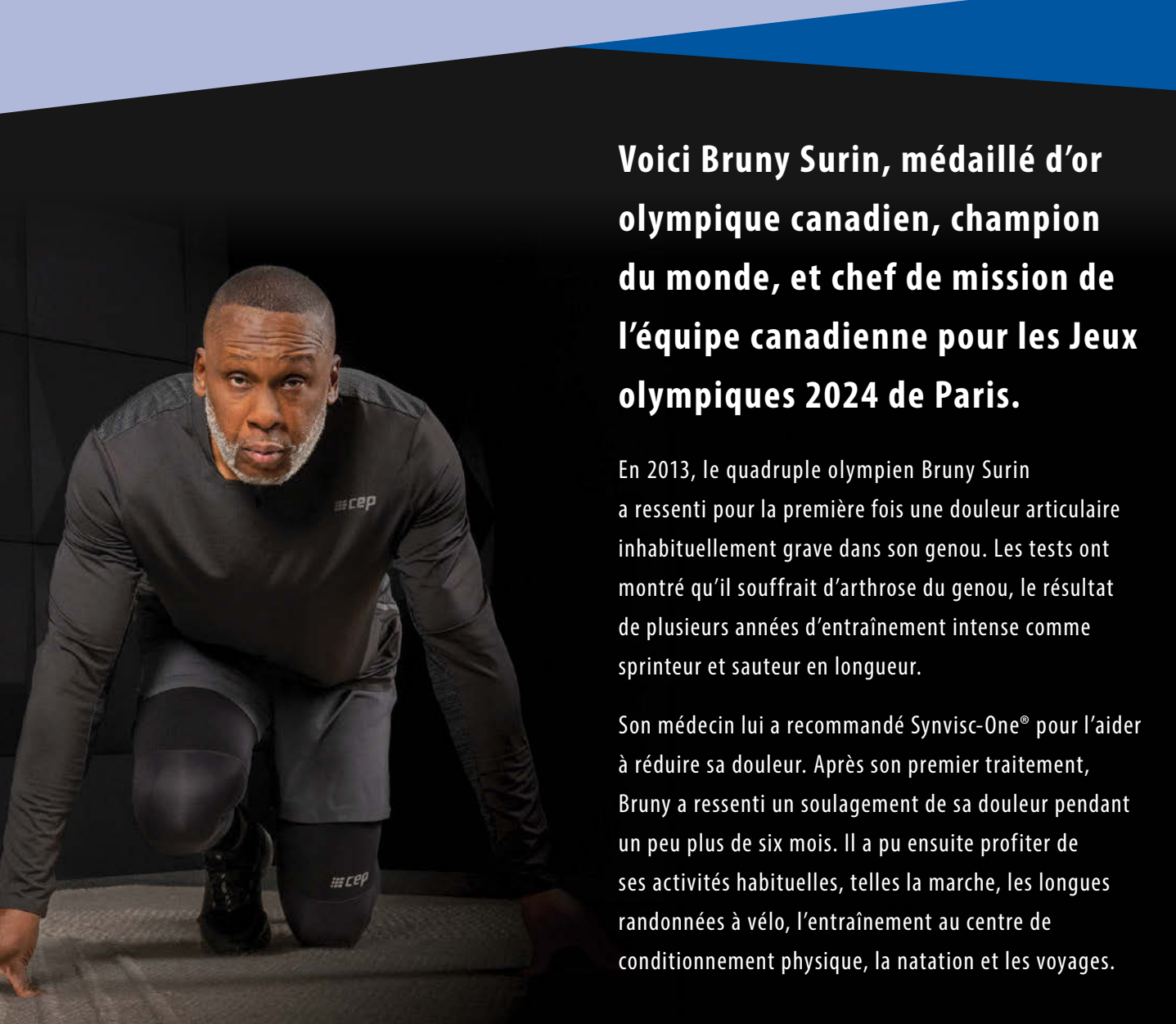
Il existe différentes interventions chirurgicales selon les articulations touchées, la gravité de l'arthrose, la gravité de la douleur et de l'invalidité, et d'autres variables dont votre médecin peut discuter avec vous²⁶.

Vous cherchez un professionnel de la santé pour vous aider à soulager vos douleurs articulaires?
Trouvez une clinique près de chez vous en utilisant le localisateur de clinique sur **synviscone.ca**.

Références

1. National Institute of Arthritis and Musculoskeletal and Skin Diseases (NIAMS). Osteoarthritis. Consulté en août 2023 à l'adresse : <https://www.niams.nih.gov/health-topics/osteoarthritis>
2. Société de l'arthrite du Canada. Prise en charge personnelle de l'arthrose. Consulté en août 2023 à l'adresse : <https://arthrite.ca/a-propos-arthrite/les-types-arthrite-a-z/arthrose/>.
3. Données au dossier. Données pharmaceutiques d'IQVIA, sanofi-aventis Canada Inc., mars 2023.
4. Mode d'emploi de SYNVISCO®, Genzyme Canada Inc., 13 décembre 2024.
5. Mode d'emploi de Synvisc-One®, Genzyme Canada Inc., 13 décembre 2024.
6. Société de l'arthrite du Canada. Arthrose – Symptômes, causes, diagnostic et traitement. Consulté en octobre 2023 à l'adresse : <https://arthrite.ca/a-propos-de-l-arthrite/les-types-d-arthrite-de-a-a-z/types/arthrose>.
7. Tamer TM. Hyaluronan and synovial joint: function, distribution and healing. *Interdiscip Toxicol*. 2013;6(3):111-125.
8. Australian Orthopaedic Association. The management of knee osteoarthritis. Consulté en octobre 2023 à l'adresse : https://aoa.org.au/docs/default-source/patient-education-materials/the-management-of-knee-osteoarthritis.pdf?Status=Temp&sfvrsn=ba46de04_10.
9. Merck Manual Consumer Version. Joints. Consulté en août 2023 à l'adresse : <https://www.merckmanuals.com/en-ca/home/bone,-joint,-and-muscle-disorders/biology-of-the-musculoskeletal-system/joints#>.
10. Mayo Clinic. Osteoarthritis symptoms and causes. Consulté en août 2023 à l'adresse : <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/osteoarthritis/symptoms-causes/syc-20351925>.
11. Société de l'arthrite du Canada. Symptômes et diagnostic de l'arthrose. Consulté en août 2023 à l'adresse : <https://arthrite.ca/a-propos-arthrite/les-types-arthrite-a-z/arthrose/>.
12. Arthritis Foundation. Best climate for arthritis patients. Consulté en août 2023 à l'adresse : <https://www.arthritis.org/health-wellness/healthy-living/managing-pain/understanding-pain/best-climate-for-arthritis>.
13. Arthritis Foundation. When to see your doctor about joint pain. Consulté le 5 septembre 2023 à l'adresse : <https://www.arthritis.org/health-wellness/about-arthritis/understanding-arthritis/when-joint-pain-means-its-time>.
14. Alliance de l'arthrite du Canada. Parlez de vos douleurs articulaires à votre médecin. Consulté en septembre 2023 à l'adresse : https://www.arthritisalliance.ca/images/Parlez_de_vos_douleurs_articulaires_a_votre_medicin_letter_FR.pdf.
15. National Institute of Arthritis and Musculoskeletal and Skin Diseases (NIAMS). Osteoarthritis: diagnosis, treatment, and steps to take. Consulté en septembre 2023 à l'adresse : <https://www.niams.nih.gov/health-topics/osteoarthritis/diagnosis-treatment-and-steps-to-take>.

16. Mayo Clinic. Osteoarthritis Diagnosis and treatment. Consulté en août 2023 à l'adresse : <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/osteoarthritis/diagnosis-treatment/drc-20351930>.
17. Abdullah SS, Rajasekaran MP. Do weight-bearing knee digital radiographs help to track the severity of OA? *Indian Journal of Orthopedics*. 2022;56:664–671.
18. Société de l'arthrite du Canada. Rhumatologues et professionnels de la santé. Consulté en août 2023 à l'adresse : <https://arthrite.ca/traitement/votre-parcours-du-patient/votre-equipe-soignante>.
19. Académie canadienne de médecine du sport et de l'exercice. Consulté en septembre 2023 à l'adresse : <https://casem-acmse.org/public-directory/what-is-a-sport-and-exercise-medicine-physician/>.
20. OARSI. Who can help me manage my osteoarthritis? Consulté en août 2023 à l'adresse : <https://oarsi.org/who-can-help-me-manage-my-osteoarthritis>.
21. Osteoarthritis Research Society International (OARSI). Osteoarthritis: A Serious Disease, Submitted to the U.S. Food and Drug Administration. 1^{er} décembre 2016. Consulté à l'adresse : <https://oarsi.org/oarsi-white-paper-oa-serious-disease>.
22. Société de l'arthrite du Canada. Traitements contre l'arthrose. Consulté en août 2023 à l'adresse : <https://arthrite.ca/a-propos-arthrite/les-types-arthrite-a-z/arthrose/>.
23. Société de l'arthrite du Canada. Viscosuppléance (injections d'hyaluronane). Consulté en septembre 2023 à l'adresse : [https://arthrite.ca/traitement/medicaments/guide-des-medicaments/medications/viscosuppleance-\(injections-d-hyaluronane\)](https://arthrite.ca/traitement/medicaments/guide-des-medicaments/medications/viscosuppleance-(injections-d-hyaluronane)).
24. Société de l'arthrite du Canada. Les traitements par injection contre l'arthrose sont-ils sécuritaires et efficaces? Consulté en septembre 2023 à l'adresse : <https://arthrite.ca/bien-vivre/2022/les-traitements-par-injection-contre-l-arthrose-sont-ils-securitaires-et-efficaces?>.
25. Association canadienne de l'arthroscopie. Énoncé de position sur les injections intra-articulaires pour l'arthrose du genou. *Orthopaedic Journal of Sports Medicine*. 2019;7(7). doi:10.1177/2325967119860110
26. WebMD. Do I need surgery for osteoarthritis? Consulté en septembre 2023 à l'adresse : <https://www.webmd.com/osteoarthritis/osteoarthritis-surgery-for-joint-pain-relief>.



Voici Bruny Surin, médaillé d'or olympique canadien, champion du monde, et chef de mission de l'équipe canadienne pour les Jeux olympiques 2024 de Paris.

En 2013, le quadruple olympien Bruny Surin a ressenti pour la première fois une douleur articulaire inhabituellement grave dans son genou. Les tests ont montré qu'il souffrait d'arthrose du genou, le résultat de plusieurs années d'entraînement intense comme sprinteur et sauteur en longueur.

Son médecin lui a recommandé Synvisc-One® pour l'aider à réduire sa douleur. Après son premier traitement, Bruny a ressenti un soulagement de sa douleur pendant un peu plus de six mois. Il a pu ensuite profiter de ses activités habituelles, telles la marche, les longues randonnées à vélo, l'entraînement au centre de conditionnement physique, la natation et les voyages.

**Renseignez-vous sur
www.synviscone.ca**

 www.facebook.com/SynviscCanada/

 [synvisccanada](https://www.instagram.com/synvisccanada)

 Composez le 1-800-796-7991

Considérations importantes

SYNVISC® (hylane G-F 20) est administré en injection intra-articulaire pour soulager la douleur associée à l'arthrose du genou, de la hanche, de la cheville et de l'épaule. SYNVISC® contient une faible quantité de protéines aviaires et il ne doit pas être administré à des personnes présentant une hypersensibilité à ces protéines. Les injections intra-articulaires de SYNVISC® peuvent entraîner de la douleur, un œdème et/ou un épanchement passagers. Des cas d'inflammation aiguë caractérisés par une douleur articulaire passagère et/ou une enflure passagère et/ou un épanchement et parfois une chaleur et/ou une rigidité au niveau de l'articulation, ont été signalés à la suite d'une injection intra-articulaire de SYNVISC®. Des réactions d'hypersensibilité incluant des réactions anaphylactiques, des réactions anaphylactoïdes, des chocs anaphylactiques et des cas d'angioœdème ont été rapportées. Dans le cadre de la surveillance post-commercialisation, les effets systémiques rares suivants ont été rapportés après l'administration de SYNVISC® : urticaire, démangeaison, fièvre, nausée, céphalée, étourdissement, frissons, crampes musculaires, paresthésie, œdème périphérique, malaise, difficultés respiratoires, bouffées de chaleur et œdème facial. En présence d'une stase veineuse ou lymphatique dans le membre correspondant, on ne doit

pas injecter SYNVISC® dans l'articulation. On ne doit pas injecter SYNVISC® dans une articulation infectée ou gravement enflammée ou chez des patients ayant une affection cutanée ou une infection au niveau du site de l'injection. SYNVISC® ne doit pas être injecté par voie intravasculaire ou en dehors de la cavité articulaire ou dans le tissu synovial ou la capsule. Ne pas utiliser en concomitance avec des désinfectants contenant des sels d'ammonium quaternaire pour la préparation de la peau, car l'hyaluronane peut précipiter en leur présence. Quelques cas de nécrose cutanée ont été rapportés après l'utilisation intra-articulaire d'acide hyaluronique. Les patients doivent être informés qu'ils doivent contacter leur médecin traitant en cas d'apparition de signes de troubles cutanés (tels qu'un changement de couleur ou des plaies ouvertes)⁴.

Synvisc-One® (hylane G-F 20) est administré en injection intra-articulaire pour traiter la douleur associée à l'arthrose du genou. Synvisc-One® contient de faibles quantités de protéines aviaires et ne doit pas être administré à des patients présentant une hypersensibilité à ces protéines. Les injections intra-articulaires de Synvisc-One® peuvent entraîner de la douleur, un œdème et/ou un épanchement passagers. Des cas d'inflammation aiguë caractérisés par une douleur articulaire, une enflure, un épanchement et parfois une chaleur et/ou une rigidité au niveau de l'articulation ont été signalés à la suite d'une injection intra-articulaire de Synvisc-One®. Des réactions d'hypersensibilité incluant des réactions anaphylactiques, des réactions anaphylactoïdes, des chocs anaphylactiques et des cas d'angioœdème ont été rapportées. Les événements systémiques rares, rapportés par la pharmacovigilance après l'administration de SYNVISC® sont les suivants : érythème, urticaire, démangeaisons, fièvre, nausées, céphalées, étourdissements, frissons, crampes musculaires, paresthésie, œdème périphérique, malaise, difficultés respiratoires, bouffées congestives et œdème facial. En présence d'une stase veineuse ou lymphatique, Synvisc-One® ne doit pas être injecté dans le genou.

Synvisc-One® ne doit pas être injecté dans un genou infecté ou présentant une inflammation sévère, ni chez les patients atteints d'affections cutanées ou d'une infection au niveau du site de l'injection. Synvisc-One® ne doit pas être injecté par voie intravasculaire ou en dehors de la cavité articulaire ou dans le tissu synovial ou la capsule. Ne pas utiliser en concomitance avec des désinfectants contenant des sels d'ammonium quaternaire pour la préparation de la peau, car l'hyaluronane peut précipiter en leur présence. Quelques cas de nécrose cutanée ont été rapportés après l'utilisation intra-articulaire d'acide hyaluronique. Les patients doivent être informés qu'ils doivent contacter leur médecin traitant en cas d'apparition de signes de troubles cutanés (tels qu'un changement de couleur ou des plaies ouvertes)⁵.



SYNVISC® et Synvisc-One® sont des marques déposées
de Genzyme Corporation. © 2026 sanofi-aventis Canada inc.
Tous droits réservés.



sanofi