

Gênes articulaires - quelles sont les causes ?

Souvent en rapport avec l'âge, les gênes articulaires sont le quotidien de millions de personnes en France comme au Canada. Ils résultent d'un grand nombre de causes qui, pour la plupart, sont encore mal comprises. Tour d'horizon des symptômes qui touchent les articulations.

Articulations douloureuses à l'effort : l'arthrose

L'arthrose est la plus fréquente des pathologies articulaires. C'est une maladie dégénérative : on dit qu'elle se forme à l'usure. Le cartilage qui recouvre les os au niveau des articulations s'effrite avec l'âge ou à la suite de microtraumatismes répétés comme c'est le cas chez les grands sportifs. De ce fait, elle apparaît rarement avant la quarantaine.

Quels symptômes ?

Comme les os ne sont plus protégés par le cartilage lors des frottements, les mouvements deviennent difficiles et des douleurs apparaissent. Elles surviennent essentiellement pendant l'effort et sont calmées par le repos. L'arthrose touche surtout les articulations qui soutiennent une grande partie du corps, comme celles des hanches, des genoux, des pieds et de la colonne vertébrale.

Articulations douloureuses au réveil : l'arthrite

L'arthrite est une maladie inflammatoire qui regroupe elle-même plusieurs pathologies articulaires. Elle se caractérise par l'inflammation de la membrane synoviale qui entoure l'articulation. Celle-ci s'épaissit progressivement, et le cartilage et l'os sous-jacent commencent à se désintégrer peu à peu. La destruction articulaire et les déformations qui en découlent sont caractéristiques de la maladie. On distingue des arthrites d'origine virale (hépatites B, C), bactérienne (septicémie, endocardite, gonocoque), métabolique (goutte, chondrocalcinose) ou auto-immune (polyarthrite rhumatoïde). En fonction de cette origine, varie le nombre d'articulations touchées.

Quels symptômes ?

Près de 10 % de la population, quelque soit le pays, serait touchée par une forme d'arthrite. C'est une maladie généralement bénigne, mais qui peut être très invalidante. Classiquement, ce sont les petites articulations qui sont touchées en premier lieu (poignets, chevilles, mains, pieds...). Les douleurs articulaires sont souvent maximales durant la nuit et au réveil : de fortes raideurs peuvent ainsi persister 30 minutes après le lever.

Articulations du dos qui brûlent : la spondylarthrite ankylosante

La spondylarthrite ankylosante est une inflammation chronique des articulations des vertèbres du dos qui se développe progressivement et entraîne une gêne importante au dos, au torse et aux hanches. La cause de cette maladie est encore méconnue même si l'on soupçonne des prédispositions génétiques telles que l'antigène HLA-B27. Elle conduit le système immunitaire de l'organisme à attaquer ses propres articulations.

Quels symptômes ?

Les premiers symptômes apparaissent en général entre quinze et trente-cinq ans. C'est une maladie assez fréquente (entre 0,5 et 2% de la population) qui touche préférentiellement les hommes (2/3 des cas). L'inflammation rend les articulations du dos et du bassin chaudes, douloureuses et enflées, en particulier la nuit. C'est une forme d'arthrite, mais contrairement à l'arthrose ou à la polyarthrite rhumatoïde, elle ne conduit généralement pas à la destruction des articulations.

Articulations indolentes qui se déforment : l'arthropathie neurogène

L'arthropathie neurogène est une affection du tissu osseux due à une atteinte du tissu nerveux en général, soit celui entrant dans la composition des nerfs périphériques, soit dans celle du système nerveux central. La cause de cette maladie n'est pas connue avec précision : il s'agirait d'un dérèglement du système nerveux autonome.

Quels symptômes ?

Elle se caractérise par une perte de la sensation douloureuse et une déformation parfois très importante des articulations. Ce sont celles du pied (tarse et tarso-métatarse) qui sont le plus souvent concernées. Plus l'articulation est déformée, et moins le patient ressent de douleurs. La plupart du temps, cette maladie atteint les personnes âgées de plus de 50 ans et après plusieurs années de diabète, sans que l'on ne comprenne le lien de conséquence.

Articulations qui craquent : un phénomène bénin de cavitation

Tout le monde connaît les craquements que l'on peut produire au niveau de ses doigts en les tirant fortement et à l'issue duquel un bruit caractéristique se manifeste. Cela peut survenir également pour d'autres articulations de manière involontaire, et la plupart du temps ce n'est pas inquiétant.

Certaines articulations sont dites « synoviales » : elles sont unies par une capsule articulaire qui les entoure et qui forme une cavité. A l'intérieur de celle-ci, baigne un liquide synovial qui assure le transports des nutriments au cartilage et lubrifie le mécanisme du mouvement. Or, ce liquide contient un certain nombre de gaz à l'état dissous. Lorsque l'articulation est déplacée de manière brusque ou excessive, ces gaz dissous reviennent à l'état gazeux, de manière à augmenter le volume de la cavité articulaire. Cela explique les craquements que l'on peut entendre parfois lorsque l'on se baisse rapidement ou que l'on s'étire. Il faut noter que certaines personnes ont des tendons plus longs et plus élastiques que la normale. Les articulations se déplacent donc davantage et craquent plus souvent.

Et si les craquements s'accompagnent de douleurs ?

En l'absence de douleur, ces bruits sont très rarement dangereux et ne sont que les conséquences du fonctionnement normal de notre organisme. En revanche, s'ils s'accompagnent de douleurs, il y a de grandes chances qu'ils soient révélateurs d'un problème plus sérieux. Il peut s'agir d'arthrite ou d'arthrose qui créent toutes deux des pressions inadéquates à l'intérieur de l'articulation. Plus rarement, une luxation (une partie de l'os sort complètement de l'articulation) ou subluxation (l'os sort partiellement de l'articulation puis revient à sa place) peuvent en être à l'origine.

https://www.passeportsante.net/fr/Actualites/Dossiers/DossierComplexe.aspx?doc=genes-articulaires-les-causes&utm_source=newsletter&utm_campaign=santepratique-parkinson&utm_medium=santepratique-10072019&osde=OSD.mgueobhqqm_fo_rcykyuf_noz_ysn