RTFLASH
Recherche & Technologie

Publié sur ***www.rtflash.fr*** (https://www.rtflash.fr)

L?arthrose : un fléau mondial encore trop méconnu

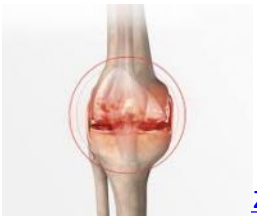
Par ***mogirard***
Créé le ***03/12/2021 - 01:00***

Edito : L?arthrose : un fléau mondial encore trop méconnu

Vendredi, 03/12/2021 - 00:00 0 commentaire

- Diminuer la police
- Augmenter la police
- Imprimer
- Version PDF
-
- Tweeter
-
-

4 avis :


zoom

CHERS LECTEURS DE RT FLASH : VOUS ÊTES DES GENS FORMIDABLES !

La semaine dernière je vous avais fait part de ma déconvenue car, dans le cadre de la campagne de dons pour permettre à RT Flash de continuer à vivre en 2022, notre Association ADIST qui gère RT Flash n'avait reçu que 201 euros lors de la semaine 47.

Or, cette semaine vous avez réagi de façon magnifique car, dans la semaine 48, l'ADIST a encaissé 2.526,00 euros, somme d'un montant que nous n'avions pas connu depuis le début de la campagne de dons.

Par ailleurs, j'ai été à plusieurs reprises ému par les messages chaleureux que j'ai reçus au cours de la semaine, dans lesquels vous me disiez combien vous tenez à ce que RT Flash continue à être publié chaque semaine.

A ce jour, 2 Décembre, notre Association ADIST a perçu 9.329,00 € depuis le début de la campagne de dons, ce qui signifie, puisque RT Flash a besoin de 1364 euros par mois (1.364 x 11 mois de parution = 15.000 euros) pour pouvoir être mis en ligne gratuitement et sans publicité, chaque semaine, que le financement de notre Lettre est assuré jusqu'au numéro du 22 Juillet 2022.

A ceux qui ont le projet de faire un don à notre Association, je rappelle que l'ADIST a été qualifiée d'Association d'Intérêt Général. Les dons qui sont faits à notre association ouvrent droit à une réduction fiscale de 66 % en respect des articles 200 et 238 du Code Général des Impôts.

Ainsi, si vous nous faites le plaisir de faire un don de 30 euros, vous bénéficierez d'une réduction de 20 € sur vos impôts et si votre bonté allait jusqu'à 300 euros de don pour permettre à RT Flash de survivre, ce serait une réduction de 200 euros que vous constateriez sur le montant des impôts qu'il vous faudrait régler.

Sans vous tous qui acceptez de faire des dons, RT Flash n'existerait plus. Nous avons bien conscience de la précarité de notre situation mais vous remercier chaque semaine avec des articles et un édito nous apporte beaucoup de joie et de bonheur.

René Trégouët
Sénateur Honoraire
Créateur du Groupe de Prospective du Sénat
Rédacteur en Chef de RT Flash

Si vous voulez aider RT Flash, lettre d'informations scientifiques, gratuite et sans publicité depuis 1998, appuyez sur le lien suivant :

Adhérez à notre Association ou faites un DON pour sauver RT Flash, vous bénéficierez d'une réduction fiscale de 66 %.

EDITORIAL :

L?arthrose : un fléau mondial encore trop méconnu

Cette semaine, je vais vous parler d?une maladie qui ne fait que rarement la une des magazines, mais qui n?en est pas moins devenue, avec le vieillissement inexorable de la population, un véritable fléau médical et sanitaire au niveau mondial : l?arthrose. Classée parmi les dix maladies les plus invalidantes, l?arthrose est la forme de rhumatismes la plus courante dans le monde : elle toucherait au moins 500 millions de personnes, et l?on estime que 18 % des femmes âgées de 60 ans et 10 % des hommes de plus de 60 ans présentent les symptômes de l?arthrose causant des handicaps fonctionnels et des douleurs. Un quart des personnes touchées par cette maladie ont en effet des difficultés pour exercer leur métier et pratiquer les gestes de la vie quotidienne. L?arthrose se caractérise par la dégradation progressive du cartilage et des autres composants de l?articulation. Chronique, la maladie entraîne des douleurs et/ou la formation d?excroissances osseuses autour des articulations, déclenchant fréquemment une perte de mobilité partielle ou totale.

En France, on estime qu?un Français sur deux souffre de douleurs articulaires. A elle-seule, l?arthrose, rhumatisme mécanique à bien distinguer de la polyarthrite rhumatoïde (maladie inflammatoire), touche dix millions de personnes et concerne les deux-tiers des personnes, âgées de plus de 65 ans. En raison du vieillissement de la population, l?incidence de cette maladie ne cesse d?augmenter et est passée de 17 % à 22 % depuis 30 ans. Quant à son coût pour la collectivité, il a également explosé, passant d?un milliard

en 1993 à 3,5 milliards d?euros par an aujourd?hui. L?arthrose peut affecter toutes les articulations, bien que l'épaule, le coude, le poignet et la cheville soient plus rarement atteints. C?est la colonne vertébrale qui est le plus touchée par cette pathologie, chez les personnes de plus de 65 ans (trois personnes sur quatre concernées). Viennent ensuite l'arthrose des doigts, qui se traduit par des déformations irréversibles et invalidantes, et l?arthrose du genou (gonarthrose) et de la hanche, qui touchent respectivement 30 % et 10 % des personnes de plus de 65 ans, et réduisent fortement leur autonomie et leur qualité de vie.

Heureusement, la recherche a permis de réaliser récemment d?importantes avancées dans la compréhension et le traitement de cette maladie complexe et multifactorielle. Il y a peu, la plus grande étude des données génomiques réalisée sur plus de 825.000 personnes atteintes de cette maladie a été publiée (Voir NIH). « ***Nous avons identifié une centaine de variations génétiques différentes, dont 52 n?avaient pas été liées à la maladie auparavant »***, a précisé Eleftheria Zeggini, directrice de l?Institut de génomique translationnelle du centre Helmholtz de Munich (Allemagne), qui a dirigé ces travaux. De manière très intéressante, ces travaux ont permis d?évaluer les différents risques en fonction des articulations, mais également selon le sexe des sujets. Ces recherches ont montré notamment qu?un facteur génétique impliqué dans l?insuffisance ovarienne précoce se retrouve chez les femmes souffrant d?arthrose de la hanche. Ces résultats ouvrent en outre de nouvelles pistes de traitements car, parmi les nouvelles mutations découvertes, une vingtaine se situe sur des gènes qui sont déjà connus et ciblés par des médicaments disponibles ou en fin d?expérimentation clinique.

En attendant l?arrivée de ces thérapies ciblées, agissant directement sur les gènes incriminés, la panoplie de traitements disponibles pour traiter l?arthrose en cesse de s?élargir. Parmi les nombreux médicaments utilisés, on trouve le paracétamol, qui est le mieux toléré par les patients, mais d?une efficacité limitée. Viennent ensuite les infiltrations de corticoïdes, ou d?acide hyaluronique bien plus efficaces, mais dont l?effet dans le temps se dégrade progressivement.

Parmi les nouveaux traitements en phase d?exploration, la stimulation auriculaire du nerf vague (qui conduit les informations motrices et sensitives de la tête aux viscères) est une voie prometteuse. Cette technique, expérimentée par le Professeur Jérémie Sellam, rhumatologue à l?hôpital Saint-Antoine, à Paris, permet, grâce à un petit appareil placé dans l?oreille, de réduire de 30 % la douleur de l?arthrose des mains, simplement en stimulant 20 minutes par jour le nerf. Actuellement testée sur 160 patients répartis dans 18 services hospitaliers, cette nouvelle méthode pourrait être proposée à tous les patients d?ici trois ans, y compris ceux qui souffrent d'une arthrose du genou ou de la hanche.

Autre nouveauté prometteuse contre l?arthrose : une nouvelle classe d?antalgiques nommée anti-NGF. Parmi ceux-ci, le tanezumab et le fasinumab sont des anticorps qui empêchent la transmission de la douleur, en bloquant l?action d?un facteur de croissance neuronal appelé les NGF (Nerve Growth Factor). Ce traitement permet une diminution de moitié de la douleur. Une autre molécule prometteuse permet, quant à elle, de ralentir l?arthrose du genou, le lorecivivint. Ce médicament bloque un mécanisme dérégulé dans les cellules du cartilage. Il est particulièrement indiqué pour les patients souffrant d?une arthrose de genou précoce.

En 2019, l?Université Health Network de Toronto et de l?Institut de recherche Krembil ont mis au point le premier médicament capable de stopper la progression de l?arthrose. Il s?agit d?une molécule dite « antisens » qui inhibe l?action du microRNA-181a-5p, responsable de l?arthrose. Ce médicament, testé chez l?animal, stoppe la destruction de l?articulation dans la colonne vertébrale et dans le genou, et les essais cliniques sur l?homme sont en cours (Voir BMJ).

Il y a quelques semaines, une autre équipe américaine, du Collège de Médecine Baylor (Houston), a

ouvert une autre voie thérapeutique nouvelle, en montrant qu'une seule injection de plasma riche en plaquettes (PRP, Platelet Rich Plasma) dans l'articulation du genou permettait d?améliorer significativement la mobilité fonctionnelle, de réduire la douleur et de rétablir la qualité de vie des patients (Voir Baylor College of Medicine).

Mais l?avenir appartient également aux thérapies cellulaires pour véritablement s?attaquer aux causes de l?arthrose. L?idée est d?utiliser des Cellules Souches Mésenchymateuses (CSM), abondantes dans l?organisme, et capables de se différencier en un certain nombre de types cellulaires, notamment en chondrocytes. De nombreuses recherches tentent d?exploiter les capacités de différenciation des CSM en chondrocytes, et d'injecter ces cellules une fois différenciées au sein de l'articulation. Les chercheurs souhaitent ainsi régénérer le cartilage détruit au sein de l'articulation arthrosique.

Une autre stratégie consiste à faire produire par les Cellules Souches Mésenchymateuses des facteurs de croissance et des molécules anti-inflammatoires. Les facteurs de croissance vont servir à stimuler les cellules souches présentes dans l?articulation, pour produire du cartilage. Les molécules anti-inflammatoires vont venir bloquer l'inflammation destructrice de cartilage et stopper l'érosion du cartilage. Depuis 5 ans, le Professeur Jorgensen, au CHU de Montpellier, a coordonné plusieurs projets internationaux sur l?utilisation de cellules souche progénitrices dans l?arthrose du rachis et du genou, dont les résultats devraient être disponibles courant 2022.

Il y a deux ans, des chercheurs français de l?Inserm et de l?Université de Strasbourg ont mis au point un pansement osseux révolutionnaire qui combine biomatériaux, cellules souches et molécules actives (Voir Nature Communications). Ce pansement, appelé ARTiCAR, est composé de deux couches successives et pourrait permettre de régénérer le cartilage articulaire. La première couche fait office de pansement ; elle sert à adhérer à la surface osseuse et constitue le support à la seconde couche qui est composée d'acide hyaluronique et de cellules souches prélevées dans la moelle osseuse du patient lui-même. Ces cellules souches vont se différencier en chondrocytes, c'est-à-dire en cartilage articulaire, afin de régénérer les membranes cartilagineuses abîmées par l'arthrose.

Les chercheurs qui ont mis au point ce pansement régénérateur ont réalisé des essais cliniques prometteurs chez de gros mammifères, et la voie est à présent dégagée pour passer aux essais cliniques sur l'être humain. Cette nouvelle approche médicale révolutionnaire de l'arthrose pourrait concerner à terme toutes les articulations.

En attendant que ces thérapies cellulaires soient pleinement opérationnelles, les patients qui souffrent de handicaps très sévères peuvent également bénéficier de la chirurgie, qui ne cesse de faire des progrès. Le chirurgien peut notamment implanter une prothèse de hanche ou de genou (arthroplastie), dont la durée de vie atteint à présent les 25 ans, et qui va venir remplacer l?articulation malade et transformer la qualité de vie et l?autonomie des malades. Mais une technologie développée au Québec, la genougraphie, est en train de bouleverser la prise en charge de l?arthrose du genou, qui est la forme de la maladie provoquant le plus d?invalidités fonctionnelles.

Mise au point par des chercheurs du Centre de recherche du Centre hospitalier de l?Université de Montréal (CHUM) et de l?Université TÉLUQ, et opérationnelle depuis 10 ans, la genougraphie s?apparente à un véritable « électrocardiogramme du genou », effectué à l?aide d?un harnais attaché à certaines zones stratégiques de la jambe. Cette nouvelle approche mesure en temps réel les mouvements en trois dimensions (3D) du genou ainsi que ses rotations non visibles à l??il nu, ce qui permet d?évaluer l?état exact de l?articulation, puis de proposer au patient un plan de soins personnalisé. Une étude récente réalisée sur 515 patients a confirmé les bénéfices thérapeutiques de la genougraphie et montré que cette technique permettait à la fois une amélioration de l?état fonctionnel

du genou des patients, une diminution durable de la douleur et des symptômes, et un gain appréciable en autonomie dans la vie quotidienne.

Il y a quelques semaines, des chercheurs américains de l?Université de l?Oklahoma ont annoncé qu?ils avaient pu mettre au point une formule artificielle du complexe de lubrification des articulations, en associant aux squelettes hyaluroniques des polymères riches en sulfonate, de type lubricine, et des polymères riches en phosphocholine, de type lipide. Ces scientifiques ont montré que le complexe obtenu améliorait de manière considérable, en seulement deux mois, la régénération du cartilage, et entraînait une régression drastique de l?arthrose, dans un modèle de rat d'arthrose précoce. Le Docteur Chuanbin Mao, qui dirige ces recherches, précise que « ***Ces recherches montrent que la lubrification pouvait favoriser la régénération des tissus, ce qui est tout à fait nouveau*** ».

Il faut enfin souligner que, dans le traitement de l?arthrose comme dans celui de nombreuses autres pathologies graves, le mode de vie est loin d?être anodin et joue un rôle certain, même s'il reste à évaluer avec précision. Par ailleurs, les substances aux vertus anti-inflammatoires et antioxydantes ont montré un effet de répression de la dégradation du tissu. « ***L?idéal, pour protéger ses articulations, c?est le régime méditerranéen à base de fruits et légumes, huile d?olive, et de poissons, autant d?aliments qui contiennent des molécules aux vertus anti-inflammatoires »,*** explique la Docteure Serfaty-Lacrosnière, nutritionniste. Des recherches récentes ont également montré que la capcaïcine, une molécule de la famille des alcaloïdes, composant du piment rouge, pouvait apporter une réduction sensible des douleurs arthrosiques. L?efficacité du gel à la capsaïcine, dans le traitement de l?arthrose du genou ou de la main, a récemment été confirmée dans cinq essais cliniques randomisés.

Toutes ces récentes avancées, concernant à la fois les mécanismes biologiques fondamentaux de l?arthrose et les nouvelles voies thérapeutiques pour traiter cette maladie, peuvent nous rendre optimistes. Aujourd?hui, on peut affirmer, sans triomphalisme excessif, que cette pathologie invalidante, qui gâche la vie de millions de personnes dans notre pays pourra être vaincue par l?utilisation conjointe des nombreuses approches que j?ai évoquées : chimiothérapie, thérapie cellulaire et génique, ARN, immunothérapie. Mais le combat contre cette maladie passera également par la mise en ?uvre d?une véritable politique sanitaire de prévention personnalisée, car on sait à présent que, si la fréquence de l?arthrose a doublé depuis un siècle dans notre pays, ce n?est pas seulement à cause du vieillissement de notre population, mais également à cause de la progression constante de la sédentarité et du nombre de personnes en surpoids, qui a doublé depuis 50 ans et représente maintenant la moitié de la population. Or, de nombreux travaux ont montré que le fait d?être en surpoids multipliait par quatre les risques d?arthrose. A contrario, et cela est logique, il est également établi qu?une perte de poids, même minime, permettait de ralentir la dégénérescence du cartilage articulaire (Voir Eurekalert).

S?il est donc avéré que la prévention efficace de l?arthrose est indissociable de la lutte contre l?obésité et la sédentarité, cette prévention passera également par une alimentation plus saine et plus équilibrée. Il y a là un vaste terrain de recherche qui reste encore largement à explorer et qui est porteur de grandes potentialités pour éviter ou retarder cette maladie bien trop fréquente?

Mais, pour conclure exceptionnellement, aujourd'hui, je vais me permettre de sortir de ma démarche de rigueur qui me guide en permanence dans la rédaction de mes éditos pour vous parler de moi. Il y a une quinzaine d'années, j'avais alors 66 ans, je souffrais beaucoup de douleurs arthrosiques essentiellement aux épaules, aux genoux et à la colonne vertébrale. Ces douleurs étaient si importantes que mon chirurgien m'a même remplacé mon épaule droite par une prothèse il y a dix ans. Ayant grâce à vous pris l'habitude, depuis 22 ans, de surveiller en permanence toutes les innovations apparues aux quatre coins de notre planète, j'ai pris la décision de voir comment au Japon, en Inde ou en Chine, le citoyen averti

traitait ces problèmes d'arthrose. Et là, j'ai découvert tous les bienfaits apportés par la curcumine. Alors j'ai tenté de faire comme ces orientaux qui, avec leurs approches ayurvédiques, n'ont pas du tout les mêmes approches de ce type de maladie que les occidentaux. Depuis 8 ans, je prends, chaque jour, 2 gélules de curcuma. Mais là aussi, l'utilisation de ce curcuma a beaucoup évolué dans ces 8 années. Les chercheurs se sont aperçus que le curcuma pur tel qu'il est ingéré, en quantité, chaque jour par les indiens, était relativement peu efficace car mal assimilé par l'organisme humain au niveau de l'intestin. Depuis 8 années, de nombreuses innovations de l'utilisation du curcuma sont apparues dans le domaine des compléments alimentaires. Mais il y a un peu plus de 2 ans est apparue une forme nouvelle de curcuma qui, selon les scientifiques qui l'ont étudiée, serait 270 fois plus efficace que le curcuma utilisé seul. Un laboratoire indien a réussi à enrober la curcumine dans des micro-capsules en fénugrec pour que ce curcuma ne soit pas en grande partie détruit quand il traverse l'estomac (procédé breveté CurQfen). Depuis un peu plus de 2 ans, je prends systématiquement 1 gélule le matin + 1 gélule le soir. Or, je vous l'affirme sereinement 6 mois après le début de ce traitement (oui il faut un peu de temps avant de ressentir les effets !) par des gélules fabriquées par le procédé CurQfen, toutes mes douleurs arthrosiques ont disparu, que ce soit à l'épaule, aux genoux ou à la colonne vertébrale. Aussi, vous comprenez, j'en suis certain, que je prendrai ce complément alimentaire efficace jusqu'à mon dernier jour. Mon chirurgien, examinant le scanner de mon épaule gauche, il y a 10 ans, m'avait averti qu'il lui faudrait certainement équiper mon épaule gauche d'une seconde prothèse vers 2020. L'année dernière, je suis donc allé le voir pour lui dire que je n'avais plus aucune souffrance liée à l'arthrose. Il m'a dit en être très heureux mais j'ai ressenti qu'il pensait plutôt que j'avais beaucoup de chance. Enfin dernière information : ce traitement me revient à 19 euros par mois, soit 63 centimes par jour...

René TRÉGOUËT

Sénateur honoraire

Fondateur du Groupe de Prospective du Sénat

e-mail : tregouet@gmail.com

Noter cet article :

Recommander cet article :

-
- Tweeter
-

- **Nombre de consultations :** 0
- **Publié dans :** Médecine
- **Partager :**
  - Facebook
  - Viadeo
  - Twitter
  - Wikio

Médecine acide hyaluronique anti-NGF anti-sens anticorps arthrose articulation auriculaire cartilage cellulaire cellules-souches cheville colonne vertébrale corticoïdescoude dépendance épaule fasinumab gènes

hanche infiltrations inflammation Inserm lorecivivint lubric micro-ARN Mobilité molécules nerf vague os paracétamol plaquettes plasma poignet protéine PRP régénérative seniors stimulation tanezumab thérapie tissus

---

URL source: https://www.rtflash.fr/l-arthrose-fleau-mondial-encore-trop-meconnu/article