

## L'ARTHRITE : UNE SOURCE IMPORTANTE DE DOULEUR ET D'INCAPACITÉ

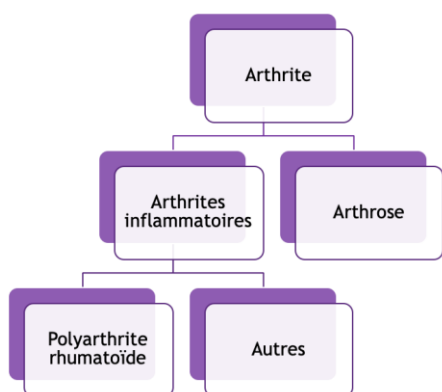
L'arthrite se manifeste le plus souvent par des douleurs aux articulations (ex. : hanche, genou, main). Les deux principaux types d'arthrites sont l'arthrose et les arthrites inflammatoires, dont la forme la plus courante est la polyarthrite rhumatoïde. En plus de la douleur, l'arthrite peut causer de la raideur, des déformations articulaires et réduire la mobilité.

### EN MONTÉRÉGIE, 1 ADULTE SUR 5 EST ATTEINT D'ARTHRITE

En Montérégie, 206 500 personnes de 18 ans et plus rapportent être atteintes d'arthrite, soit 1 adulte sur 5. Parmi ceux-ci, 66 % sont des femmes et 34 % sont des hommes. Cette situation est semblable à celle du Québec et du Canada.



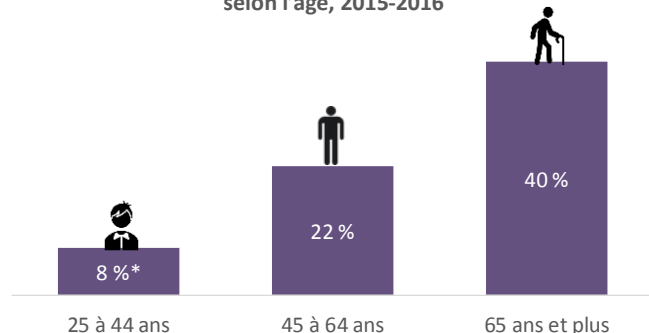
Il existe de nombreuses distinctions entre les deux principaux types d'arthrite. [L'arthrose, la forme la plus fréquente](#), est causée par l'usure d'une ou des articulations touchées. Elle se retrouve principalement chez les personnes âgées ou celles souffrant d'un surplus de poids. Les divers types d'arthrites inflammatoires, quant à elles, se caractérisent par de la rougeur, de la chaleur et de l'enflure des articulations.



### L'ARTHRITE TOUCHE TOUS LES GROUPES D'ÂGE

Contrairement à la croyance populaire, l'arthrite ne dépend pas uniquement du vieillissement : elle touche tous les groupes d'âge. Cela dit, en Montérégie comme au Québec, la proportion de personnes atteintes augmente avec l'âge : elle s'élevé à 40 % chez les Montérégiens de 65 ans et plus. En raison du vieillissement de la population, le nombre de personnes atteintes est appelé à augmenter.

Proportion de Montérégiens atteints d'arthrite selon l'âge, 2015-2016



\* Coefficient de variation supérieur à 15 % et inférieur à 25 %. La valeur doit être interprétée avec prudence.  
Source : Statistique Canada, Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC) 2015-2016.

### HAUSSE DE LA FRÉQUENCE DE LA POLYARTHRITE RHUMATOÏDE

Environ 1 % des Montérégiens de 20 ans et plus, soit 9 865 personnes, sont atteints de polyarthrite rhumatoïde en 2016-2017. En une quinzaine d'années, la proportion de personnes atteintes en Montérégie a presque doublé, passant de 0,5 % à 0,9 %. Cette hausse pourrait être associée à une meilleure identification de la maladie au fil du temps.

### L'ARTHRITE : UNE MALADIE INVALIDANTE

L'arthrite est le deuxième problème de santé chronique le plus fréquent après les maux de dos. De plus, plusieurs formes d'arthrites inflammatoires ou leurs traitements peuvent rendre les personnes atteintes plus vulnérables à certains problèmes de santé (ex. : infections). D'ailleurs, [les Canadiens souffrant d'arthrite sont plus nombreux à se percevoir en moins bonne santé physique ou mentale comparativement aux personnes non atteintes](#). L'arthrite limite également les activités de la vie quotidienne, notamment pour les soins personnels, les déplacements, ainsi que les activités sociales et domestiques.

### PLUSIEURS PISTES D'INTERVENTION EN PRÉVENTION

L'accès à des services permettant la prise en charge précoce des personnes atteintes d'arthrite est important pour réduire l'impact de la maladie sur leur santé. Mais peut-on prévenir l'arthrite?

Les personnes ayant un surplus de poids sont plus à risque de développer de l'arthrose. De plus, le surplus de poids et la sédentarité peuvent aggraver la progression de plusieurs formes d'arthrite. Par conséquent, les actions visant à rendre les environnements plus favorables aux saines habitudes de vie contribuent à prévenir l'arthrite ou l'aggravation de celle-ci (ex. : aménagements favorisant le transport actif, accès facile à des aliments sains et des fontaines d'eau).

De même, les environnements sécuritaires pour les personnes ayant des incapacités favorisent leur santé globale et leur participation sociale (ex. : bancs à intervalles réguliers, larges trottoirs et intersections sécuritaires pour des personnes se déplaçant plus lentement). En somme, plusieurs actions de santé publique contribuent aussi à prévenir l'arthrite!

### À RETENIR

- En Montérégie, environ 1 adulte sur 5 est atteint d'arthrite. Les deux tiers sont des femmes.
- Bien que tous les groupes d'âge soient touchés, l'arthrite est plus fréquente chez les aînés.
- L'arthrite figure parmi les problèmes de santé chroniques les plus fréquents. Elle affecte la santé globale et limite les activités des personnes atteintes.
- Les environnements sécuritaires et favorables aux saines habitudes de vie constituent une des stratégies gagnantes pour prévenir l'arthrite et les limitations d'activités qui y sont associées.

### Citation suggérée :

BLACKBURN, Manon. « L'arthrite : une source importante de douleur et d'incapacités ». Périscope : no 91, Septembre 2019. Longueuil: Centre intégré de santé et de services sociaux de la Montérégie-Centre, Direction de santé publique, Secteur Planification, évaluation et surveillance.

Ce document peut être reproduit ou téléchargé pour une utilisation personnelle ou publique à des fins non commerciales, à condition d'en mentionner la source.

<http://extranet.santemonteregie.qc.ca/sante-publique/surveillance-etat-sante/index.fr.html>

Rédaction : BLACKBURN, Manon  
Collaboration : Geneviève Leblanc, Istok Menkovic, Stéphanie Régimbal, David-Martin Milot  
Production : Planification, évaluation et surveillance  
Direction : Dr Mathieu Lanthier-Veilleux, directeur par intérim de santé publique de la Montérégie