

## La gonarthrose

### Le genou – la plus grande articulation du corps humain

Le genou est représenté par la région articulaire située à la jonction de la cuisse et du mollet. L'articulation du genou relie la partie inférieure du fémur à la partie supérieure du tibia et à la patelle ou la rotule. Les ligaments – des bandes puissantes, élastiques, qui relient les os entre eux - garantissent la parfaite stabilité et la force de cette articulation. Le genou est une articulation synoviale dans laquelle les extrémités de l'os sont recouvertes d'un cartilage hyalin très résistant à l'usure. Il permet aux extrémités osseuses de glisser doucement les unes sur les autres. L'articulation est entourée et lubrifiée par une capsule avec du fluide, qui diminue le frottement des os, à la manière dont l'huile favorise le bon fonctionnement de la chaîne d'une bicyclette.

### Qu'est-ce que c'est que la gonarthrose ?

Lorsque le cartilage du genou est très usé, on parle de l'arthrose du genou ou la gonarthrose. En conditions normales, ce cartilage permet aux surfaces de l'articulation de glisser les unes sur les autres. L'usure commence habituellement sur une section limitée de l'articulation et s'étend progressivement, parfois très lentement, et parfois en quelques mois. Simultanément à la disparition du cartilage, les zones osseuses se trouvent en contact direct. Le fait que l'os a maintenant la surface rigide peut provoquer du frottement pendant le mouvement du genou. Le glissement des éléments de l'articulation devient difficile. Le long du temps, l'os se déforme. Se constate l'apparition de petites excroissances sous forme d'éperons (ostéophytes) qui bloquent encore plus l'articulation.

Les causes de l'arthrose sont nombreuses et sont souvent liées entre elles. On peut mentionner ici l'âge, la structure imparfaite de l'articulation, l'excès pondéral, les chocs, certaines maladies (maladies inflammatoires) etc.

L'usure intervient là où l'articulation est sollicitée le plus. Selon la forme de la jambe, l'un des éléments du genou supporte le poids du corps plus que les autres.

Chez la plupart des gens, le tibia a la tendance de se déplacer vers l'intérieur, les jambes étant plus ou moins arquées (*genu varum*). C'est pourquoi l'arthrose débute le plus souvent dans la région de l'intérieur du genou (compartiment interne). Il est moins fréquent que l'arthrose ait son début dans l'extérieur de l'articulation (compartiment externe). Ce phénomène survient chez les personnes dont le tibia se déplace vers l'extérieur (genou cagneux ou *genu valgum* en langage médical).

La troisième zone de glissement (le compartiment extérieur) finit, le plus souvent, par être affectée par l'usure à son tour. Parfois, l'arthrose débute dans cette région (l'arthrose fémorale-patellaire).

Lorsque toutes les trois zones sont affectées, l'entier genou est malade (arthrose globale ou tricompartmentale).

### La symptomatologie

Les conséquences de ces modifications sont les suivantes :

- Douleur localisée dans l'articulation. Après la zone affectée, elle est prédominante devant, à l'intérieur ou derrière le genou. La douleur est amplifiée lors du stationnement prolongé debout, lors de la déambulation, la montée ou la descente des escaliers et se calme au repos. Dans les phases avancées, la douleur est présente également au repos.
- La tuméfaction articulaire (le gonflement du genou).
- Les craquements articulaires (crépitements)
- La raideur du genou, qui va évoluer progressivement (faux blocage articulaire)
- L'instabilité articulaire
- La diminution du tonus musculaire
- Difficultés de déplacement, progressives, qui peuvent arriver jusqu'à une gêne considérable lors de la déambulation. Lorsque la marche devient anormale, ce fait vient à perturber les autres articulations qui ne peuvent plus fonctionner correctement (l'autre genou, la hanche, la colonne vertébrale).

### L'évaluation médicale

Pour déterminer la gravité du cas, quelques indicateurs sont utilisés, tels que :

- La fréquence d'administration de médicaments contre la douleur
- La distance qui peut être parcourue sans douleurs
- La présence de la douleur pendant la nuit
- Le degré d'atteinte à la qualité de la vie quotidienne

L'examen radiographique permet l'investigation des parties dures, osseuses. Le cartilage ne peut pas être vu. L'étude radiologique de cette articulation surveille le rétrécissement, l'arthrose de l'espace articulaire, le désalignement fémoral-tibial, l'ostéosclérose sous-chondrale et ostéophytes marginales, les formations géodiques.

Si de nouvelles investigations sont nécessaires pour l'évaluation de la qualité du cartilage et de l'os, le médecin spécialiste proposera ces investigations.

### **Traitement**

La douleur et l'inflammation articulaire peuvent être combattues à l'aide des médicaments. Certains médicaments chondroprotecteurs peuvent protéger le cartilage et peuvent ralentir l'évolution de l'arthrose. L'effectuation d'une infiltration peut être parfois utile. Elle s'effectue par l'injection d'un produit médicamenteux dans l'articulation, pour supprimer la douleur à l'intérieur et autour de l'articulation. Afin de maintenir l'élasticité et d'entretenir les muscles, la récupération médicale s'avère utile. Il est utile de combattre l'obésité qui augmente la sollicitation mécanique. La contracture musculaire sera combattue par l'administration de médicaments et par procédés physiothérapeutiques. Le traitement médicamenteux et celui de récupération peuvent être utiles pour une période de temps, mais ils n'empêchent pas l'évolution de l'arthrose, l'aggravation des douleurs et la rigidité du genou. Suivant l'importance et l'endroit où le cartilage des genoux est affecté, le médecin orthopédiste peut faire recours à divers types d'interventions. Lorsqu'il y a des zones de l'articulation non affectées, un traitement chirurgical conservateur (ostéotomie) est possible, solution favorable pour les jeunes patients. Lorsque l'articulation est trop détruite, il faut éliminer les zones usées du cartilage et une partie ou la totalité de l'articulation doit être remplacée par un matériel artificiel ayant la même forme, par la réalisation de l'arthroplastie du genou ([l'implant de la prothèse de genou](#)).

### **Quand la chirurgie est-elle nécessaire?**

L'arthrose du genou est un problème mécanique que les médicaments et la récupération ne peuvent pas guérir. Cette maladie empêche le bon fonctionnement de l'articulation, aspect absolument essentiel pour que le malade puisse marcher normalement. A partir d'un certain niveau de la douleur et la raideur, les difficultés de mouvement deviennent si grandes qu'il est utile de prendre en considération la possibilité d'une intervention. Puisque chaque patient est différent, cette phase varie en fonction de chaque cas particulier. Tout dépend du degré des dégâts causés par l'arthrose, votre âge, le mode de vie et de ce que vous voulez. Seulement une discussion sérieuse et complexe entre vous et le médecin peut vous permettre d'apprécier si le moment de l'opération est arrivé.