

J'ai une rhizarthrose : comment ça se soigne ?

Le site du Docteur Guy Moreau

Adresse du site : www.docvadis.fr/guy-moreau



Validé par
le Comité Scientifique Rhumatologie

L'arthrose du pouce (rhizarthrose) est une affection courante, dont la fréquence augmente avec l'âge. Elle est handicapante, douloureuse et entraîne des déformations inesthétiques. Des traitements efficaces existent pour lutter contre la douleur et la gêne.

Qu'est-ce que la rhizarthrose ?

La rhizarthrose est la dénomination médicale de l'arthrose du pouce. La douleur est sensible à la base du pouce, laissant croire à une douleur du poignet. La gêne fonctionnelle est importante. Il est notamment difficile de tenir des objets pesants. Des douleurs nocturnes peuvent être ressenties. Elles peuvent toutefois signaler un autre problème articulaire au niveau du pouce.

Pourquoi ai-je de l'arthrose dans les doigts ?

L'arthrose du pouce est une affection très courante qui touche essentiellement les femmes (80 à 90 %). Sa fréquence augmente avec l'âge. Différents facteurs favorisent son apparition : facteurs hormonaux, notamment en cas de ménopause précoce ou artificielle, facteurs génétiques (predisposition familiale), obésité, travail manuel pénible, microtraumatismes.

Comment ma rhizarthrose va-t-elle évoluer ?

Si la douleur tend à disparaître, l'articulation perd progressivement de sa mobilité. Le doigt s'enraidit. Sa déformation peut être importante, l'os prenant la forme d'un Z visible à la radiographie, avec un risque de handicap lourd. La radiographie est un examen indolore qui ne présente pas de risques, compte tenu des

faibles doses de rayons X utilisées et des précautions prises.

Quels sont les différents traitements que mon médecin peut me recommander ?

Le traitement principal vise à calmer la douleur et à limiter l'inflammation au moyen de médicaments adaptés. La rééducation permet de lutter contre la perte de mobilité et de force de préhension. La mise au repos de l'articulation, notamment lors des poussées douloureuses, est vivement conseillée. Une attelle (orthèse), immobilisant le ou les doigts sensibles, permet d'éviter les mouvements involontaires douloureux. Des infiltrations peuvent être envisagées. Votre médecin vous informera de la nécessité de chacun de ces traitements. Conformez-vous à ses conseils et à sa prescription.

Peut-on m'opérer ?

Oui. En cas d'arthrose très sévère et de handicap important, une intervention chirurgicale peut être envisagée. Plusieurs techniques sont utilisées, dont les résultats fonctionnels sont remarquables. La technique la plus adaptée sera proposée en fonction du cas et seulement après avoir envisagé toutes les hypothèses de traitement.

Déformation du pouce - Localisation de la douleur à la base du pouce

L'arthrose du pouce, comme celle des autres articulations, n'est pas une conséquence naturelle de l'âge, mais une vraie maladie contre laquelle des traitements efficaces existent. Ne pas se traiter expose à une perte progressive de la capacité à réaliser les tâches quotidiennes essentielles, ainsi qu'à une limitation de son autonomie. Le traitement est essentiellement médical.



Déformation du pouce - Localisation de la douleur à la base du pouce