

L'ARTHROSE



Association des
chiropraticiens
du Québec

Capsule Santé | Association des chiropraticiens du Québec

27 septembre au 3 octobre 2015

Contrairement aux croyances populaires, l'arthrose ne touche pas uniquement les personnes qui avancent en âge. Bien sûr, elles y sont plus vulnérables, mais tout le monde peut en souffrir. Pourquoi ? Comment la prévenir ?

FACTEURS DÉCLENCHEURS

En vieillissant, le cartilage des articulations s'use et rend le corps plus vulnérable à ce type de pathologie. L'arthrose peut également être due à des traumatismes accumulés (chutes, accidents mineurs, mauvaise posture, etc.). Ceux-ci perturbent les mouvements normaux de certaines articulations et favorisent le développement d'une usure localisée.

Saviez-vous qu'une blessure non traitée à temps cause un affaiblissement des cartilages, des ligaments et des capsules impliqués dans l'accident? Étant donné que cela rend les articulations plus vulnérables, le corps compense en produisant des tissus cicatriciels au lieu de se réparer grâce aux tissus normaux. Résultat : arthrose, que l'on ait 15, 30, 55 ou 80 ans!

*La présence
d'une subluxation
peut favoriser la
progression de la
dégénérescence.*

*Consultez votre
chiropraticien.*



chiropratique.com

SAVIEZ-VOUS QUE?

Le mot «chiropratique» provient du grec et signifie «fait avec les mains».

Le docteur en chiropratique est un professionnel de la santé de premier contact : vous pouvez donc le consulter sans être recommandé, à part les cas CSST et SAAQ.

De par sa formation universitaire, le chiropraticien possède l'expertise nécessaire pour poser un diagnostic, ce qui lui permettra de créer un programme de soins correspondant à votre condition physique, à votre âge et à vos objectifs de santé.

La chiropratique centre sa philosophie, son art et sa science sur le maintien de l'homéostasie (équilibre) du corps humain et sur sa capacité innée de guérison naturelle. Elle ne se concentre pas uniquement sur les symptômes ou la douleur, mais cherche à identifier et à soigner la cause du problème.

La chiropratique est fondée sur le fait scientifique suivant : le système nerveux impose son contrôle à toutes les cellules, tissus, organes et systèmes du corps. Un dérangement à la colonne vertébrale peut causer des interférences sur le système nerveux et ainsi provoquer des problèmes au niveau de l'équilibre de santé du corps.

La chiropratique vise le recouvrement et le maintien de la santé globale humaine via l'interaction des systèmes nerveux, musculaire et squelettique.

Outre l'âge, l'arthrose pourrait être due au bagage génétique, à un surpoids qui exerce un stress plus important sur les articulations (hanche, genoux, etc.) ou encore à des lésions causées par une surutilisation des articulations par exemple.

IMPACTS DE L'ARTHROSE SUR LA SANTÉ

Chez bien des personnes touchées, aucun symptôme n'est apparent jusqu'à ce qu'une activité anodine ou un incident plus important agisse comme facteur déclencheur. Plus la condition est avancée, plus les symptômes et la douleur risquent d'être importants. À long terme, l'espace articulaire peut totalement disparaître et les surfaces de l'articulation subiront une déformation. D'autres symptômes, comme des raideurs, des engourdissements dans les jambes ou les bras et des spasmes musculaires chroniques peuvent être causés par la présence d'arthrose.

L'APPROCHE CHIROPRACTIQUE

Un examen physique et radiologique peut permettre à votre docteur en chiropratique de détecter les signes cliniques caractéristiques d'arthrite ou d'arthrose. Les soins chiropratiques aideront à diminuer la douleur et l'inflammation. Le traitement visera à rééduquer les systèmes nerveux, musculaire et squelettique pour qu'ils retrouvent un équilibre optimal et recommencent à travailler en synergie.

Une prise en charge hâtive en terme de soins chiropratiques est souhaitable et peut permettre de ralentir la progression de l'arthrose et de l'arthrite, tout en prévenant l'apparition d'épisodes douloureux. Les ajustements chiropratiques peuvent permettre de rétablir le mouvement des articulations et de freiner le processus dégénératif présent dans les articulations touchées, notamment dans les cas d'ostéoarthrite de la hanche.

L'approche chiropratique pourra corriger aussi les anomalies posturales. En effet, une mauvaise posture entraînera un mauvais alignement des articulations et, par conséquent, une augmentation du stress et une usure articulaire prématurée.

Effects of Chiropractic Care on Pain and Function in Patients With Hip Osteoarthritis Waiting for Arthroplasty: A Clinical Pilot Trial. Journal of Manipulative and Physiological Therapeutics Volume 33, Issue 6, Pages 438-444, July 2010

