

Et si votre mal de dos cachait une spondylarthrite ankylosante?

SANTÉ Atteinte incurable, elle touche surtout des jeunes. Si cette maladie auto-immune est diagnostiquée rapidement, des thérapies efficaces permettent cependant une rémission.

PAR ANNE.DEVAUX@LACOTE.CH

Dans la grande famille des maladies rhumatismales, la spondylarthrite ankylosante appartient au groupe des maladies inflammatoires auto-immunes. Connue aussi sous le nom de maladie de Bechterew, sa cause reste inconnue et elle est incurable. Elle affecte surtout des personnes jeunes, avant la trentaine, progresse lentement, par poussées, avec des périodes de rémission, et porte une atteinte plus ou moins grave à leur qualité de vie. Elle présente deux formes. La forme axiale touche les articulations sacro-iliaques qui relient le bassin à la colonne vertébrale, attaquant les hanches et le dos. Elle peut aussi concerner la paroi thoracique. La forme périphérique se manifeste au niveau des genoux, des chevilles ou des tendons d'Achille. Les douleurs apparaissent généralement pendant la nuit, perturbant le sommeil, avec une raideur matinale qui passe dès que la personne se met en mouvement.

révèle des zones d'inflammation. Une prise de sang pour détecter le gène HLA B27, présent dans 90% des cas, apporte une confirmation. La maladie touche 1% de la population, soit 80 000 personnes en Suisse et, selon des chiffres constants, elle n'est diagnostiquée que chez 10 000 malades.



La difficulté, c'est que chacun fait la sienne, les effets sont très individuels.

ANNE-MARIE CHAMOT
RHUMATOLOGUE

Anne-Marie Chamot, rhumatologue, présidente de la Ligue vaudoise contre le rhumatisme, explique le grand nombre de cas non diagnostiqués par l'hypothèse que «la maladie peut se présenter comme un «mal de dos» que l'on qualifie à tort de banal si on n'en précise pas la présentation». Cependant, les diagnostics tardifs sont inquiétants. En effet, la rhumatologue cite des exemples courants: une tendinite d'Achille chez un jeune sportif qui persiste au-delà de plusieurs mois; un patient qui se plaint d'avoir mal au dos le



La spondylarthrite est une maladie inflammatoire de la colonne vertébrale, affectant le bas du dos et le bassin.

KRISIANA - STOCK.ADOBE.COM

Diagnostics tardifs

La spondylarthrite se diagnostique bien dès lors qu'on la recherche. Le diagnostic se pose avec l'histoire de la maladie et un examen clinique précis complétés par des radiographies qui peuvent déjà montrer l'ankylose du rachis mais le plus souvent c'est l'IRM qui

matin au réveil mais hésite à consulter si la douleur s'atténue avec l'activité physique. «Il existe une méfiance face à la plainte d'un jeune suspecté de vouloir être exempté de la gymnastique ou de service mi-

litaire». Les formes sévères d'emblée s'observent plus souvent chez de jeunes patients, d'où l'importance d'un diagnostic précoce. Parfois, la maladie est démasquée à l'occasion d'une autre

pathologie comme une maladie digestive inflammatoire, une uvéite, inflammation au niveau de l'œil, ou du psoriasis, maladie inflammatoire de la peau.

Révolution thérapeutique

Dans les années 2000, la biothérapie a révolutionné le traitement de la spondylarthrite. Anne-Marie Chamot choisit le registre sémantique de la guerre pour décrire la maladie auto-immune: «Lorsque le système immunitaire s'attaque aux cellules saines de l'organisme, c'est la guerre à l'intérieur des organes d'où des inflammations très douloureuses. Les médicaments biologiques – anti-TNF et anti-interleukines – agissent comme des antimissiles sur le terrain. Malheureusement, ils provoquent aussi parfois des dégâts collatéraux en détruisant quelques

bonnes cellules qui font partie de la défense immunitaire.» Ces molécules d'une grande efficacité stoppent l'inflammation et surtout empêchent l'ankylose. Il faut les prescrire le plus tôt possible et les prendre à long terme. Sachant qu'elles peuvent avoir des effets secondaires, la vigilance est requise lors d'infections virales et bactériennes qu'elles sont susceptibles d'aggraver. Néanmoins, grâce à ces traitements, il est de plus en plus rare de voir des personnes complètement ankylosées comme cela arrivait auparavant.

L'expérience d'Anne-Marie Chamot l'amène à dire à propos de la spondylarthrite: «Chacun fait la sienne, c'est très individuel. Je connais des gens figés qui ont une énergie incroyable et d'autres moins atteints qui ont de la peine.»

«Elle m'empêche de vivre ma vie à 100%, mais j'ai un esprit de gagnant»

Christophe Jolimay a grandi, vit et travaille à Bussigny. Il date ses premiers maux de dos à son adolescence. Malgré des douleurs sciatiques de temps à autre, il n'a même pas consulté un médecin à l'époque. Très sportif, il se contente de massages. Puis, un jour, alors âgé d'une vingtaine d'années, il n'a pas réussi à se lever. Des séances de physiothérapie lui sont prescrites qui aggravent l'inflammation. La douleur persistant, il se rend chez un rhumatologue. La spondylarthrite est diagnostiquée et une prise de sang révèle la présence du gène HLA B 27. «J'avais 24 ans, c'était bien de mettre un nom sur ma maladie, mais apprendre qu'il s'agit

d'une maladie chronique incurable m'a obligé à me poser la question de ce que j'allais faire de ma vie.» Le jeune homme était pâtissier-confiseur et sa première décision radicale a consisté à changer d'orientation. «Le rhumatologue a préparé un dossier pour l'assurance invalidité (AI) qui a accepté de financer un reclassement professionnel à un niveau équivalent de diplôme. J'ai donc préparé un CFC de gestionnaire de vente.» Aujourd'hui, il est âgé de 42 ans, marié, et ses deux filles sont adolescentes. Sa maladie ne l'empêche pas de mener une vie professionnelle normale. «Mais ma vie privée est impactée, mon sommeil est

médiocre, je peux souffrir de sciatique aiguë, les anti-inflammatoires et antidouleurs ont des effets secondaires sur l'estomac, cela porte sur le moral et l'humeur. Ma femme voit tout de suite quand je souffre beaucoup», reconnaît Christophe. Néanmoins, il refuse de priver ses filles d'une vie normale. «J'ai une maladie qui m'empêche de vivre ma vie à 100%, mais j'ai un esprit de gagnant et j'essaye toujours d'aller de l'avant.» Avec quelques changements alimentaires, une literie adaptée, beaucoup de sport et des médicaments en cas de crise, il constate que son état ne s'est pas amélioré, mais il ne s'est pas non plus aggravé.

PUBLICITÉ

G.H.O.L.
GROUPEMENT HOSPITALIER DE L'OUEST LÉMANIQUE S.A.
HÔPITAL DE NYON
HÔPITAL DE ROLLE

Les Jardins du Léman

Le Groupement Hospitalier de l'Ouest Lémanique (G.H.O.L.) a le plaisir de vous annoncer que son EMS Les Jardins du Léman, à Rolle, a obtenu avec succès son renouvellement de certification en management de la qualité ISO 9001 :2015 pour une durée de trois ans.

Cette certification valorise le système de management de la qualité mis en place par notre EMS pour ses activités d'hébergement médico-social, d'accompagnement des personnes âgées et/ou dépendantes, la prise en soin et les animations proposées dans les secteurs de gériatrie et de psychogériatrie.