

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 15 (1985)  
**Heft:** 11

**Rubrik:** Les conseils du médecin : cette maudite arthrose

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 22.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Cette maudite arthrose

Les douleurs rhumatismales sont fréquentes à tout âge mais, particulièrement chez les aînés. Il est utile de connaître ce groupe d'affections car les notions qu'on peut en avoir permettent de les démystifier et de les accepter avec plus de sérénité d'autant plus que nous ne sommes pas particulièrement démunis pour les améliorer.

Le mot «arthrose» vient du grec et signifie, d'après le Larousse: affection chronique dégénérative des articulations. Une articulation est un dispositif par lequel deux ou plusieurs os sont unis entre eux. Ce dispositif est formé des deux bords osseux et d'une capsule renforcée par du tissu fibreux fixé sur les deux extrémités osseuses. L'articulation est nécessaire pour permettre les



— Avant tout, Madame,  
il faut vous mettre au  
régime! (Dessin de Mena-  
Cosmopress)

mouvements d'un os par rapport à un autre pour les gestes habituels de la vie: marcher, s'asseoir, se coucher, utiliser ses mains et ses bras. Pour que ce mouvement soit possible, il faut que les surfaces osseuses puissent posséder un frottement libre l'une par rapport à l'autre. Ceci n'est possible que si ces bords sont couverts d'une couche semi-élastique, appelée cartilage, permettant ce déplacement sans aucune résistance. L'arthrose va survenir lorsque cette surface cartilagineuse se détériore, se fend, présente des aspérités, si bien que le mouvement est limité. Il devient aussi douloureux et peut même se bloquer partiellement ou totalement. Inconsciemment, l'organisme humain va essayer de protéger cette articulation malade en contracturant tous les muscles qui couvrent ou se fixent sur l'articulation. Cette contracture musculaire devient à son tour douloureuse, entraînant un cercle vicieux.

**Dans l'état actuel des connaissances médicales, on ne sait pas bien pourquoi le cartilage s'effrite. On sait que l'excès de poids tend à l'écraser et à entraîner sa destruction. De même, les malformations et les malpositions de la colonne et des articulations peuvent favoriser cette destruction tout comme les chocs directs qui entraînent des foulures et des contusions.**

Donc s'il n'y a pas de traitement causal de l'arthrose, on peut, dans une certaine mesure, agir sur les facteurs favorisant celle-ci. Il faut éviter de prendre du poids. Il faut avoir de bonnes positions corporelles tant au travail qu'au repos. Il faut, tant que faire se peut, éviter les chocs violents. C'est ainsi que tous les sports pratiqués avec excès peuvent entraîner des luxations, voire des fractures, elles-mêmes génératrices d'arthrose.

Même si l'on est peu armé pour agir sur les causes profondes de l'arthrose,

il est possible de pallier aux conséquences de celle-ci. Certains médicaments peuvent, en réduisant l'effet de contracture musculaire sur une articulation arthrosique, diminuer les douleurs. L'effet anti-inflammatoire de ces produits peut également agir sur les phénomènes d'irritation du cartilage lui-même et de ce fait diminuer la douleur. La physiothérapie a un rôle très important à jouer en favorisant la circulation dans la musculature, en décontracturant celle-ci et en permettant, dans une certaine mesure, le déblocage des articulations grippées. Malheureusement, avec le temps, cette arthrose peut s'aggraver au point que l'articulation devient douloureuse à chaque mouvement ou encore qu'elle se déforme au point d'entraîner des positions vicieuses de tout le membre concerné. A ce moment-là, particulièrement si l'invalidité ou la douleur est trop intense, le patient recourra à la chirurgie. Il faut savoir que la chirurgie orthopédique de l'arthrose existe, qu'elle est destinée en priorité aux patients du 3<sup>e</sup> et du 4<sup>e</sup> âges. En soi la prise des années n'est pas une contre-indication à l'opération. Cette contre-indication dépendra des maladies préexistantes, n'ayant rien à faire avec l'âge, mais qui rendent aléatoires la narcose ainsi que les suites opératoires. Cette chirurgie tendra à remplacer les surfaces osseuses déchiquetées par une prothèse qui rétablira un mouvement sans frottement. Bien entendu, il ne s'agira plus d'une articulation de 20 ans, mais le procédé opératoire aura permis de marcher dans de meilleures conditions avec moins de blocage et surtout beaucoup moins de douleurs. Incontestablement, ce type de chirurgie a transformé la vie des patients arthrosiques, leur redonnant un goût à la vie et une autonomie qu'ils n'espéraient plus récupérer.

Dr X.

### CLINIQUE SAINTE-AGNÈS 1854 LEYSIN 025/34 11 71

Séjours de toutes durées pour personnes de tous âges. Suite de traitement, convalescence, repos. **Notre établissement accueille également des personnes qui désirent prendre des vacances tout en bénéficiant d'un encadrement médical.** Surveillance médicale constante, infirmières diplômées, physiothérapie. **Cuisine soignée, régimes. 20 chambres au sud avec grand balcon, lavabo, télédiffusion. Ascenseur.**

2 lits (pour couple) Fr. 160.-	visites médicales
1 lit (téléphone) Fr. 95.-	soins infirmiers
1 lit Fr. 90.-	pension complète
	régime

Participation totale ou partielle des caisses-maladie sur présentation du certificat médical.



### Le Dr J.-C. Volant

au ouvert  
son cabinet de médecine générale

au

46, Grand-Rue  
1296 Coppet  
(022) 76 40 25

Visites à domicile