

Les maladies rhumatismales sont parfois invalidantes et douloureuses. Elles peuvent survenir à tout âge. Le Service de rhumatologie de l'Hôpital neuchâtelois, avec qui cette page est réalisée en collaboration, suit et accompagne les personnes atteintes pour les aider à retrouver leur qualité de vie. Il travaille en interaction avec des ergothérapeutes, physiothérapeutes et infirmières.

Aider les patients à reprendre le contrôle

Comment traiter les maladies inflammatoires auto-immunes et améliorer la qualité de vie des patients? Les explications de la Dresse Laure Brülhart, cheffe du Service de rhumatologie de l'Hôpital neuchâtelois.

PAR BRIGITTE REBETEZ

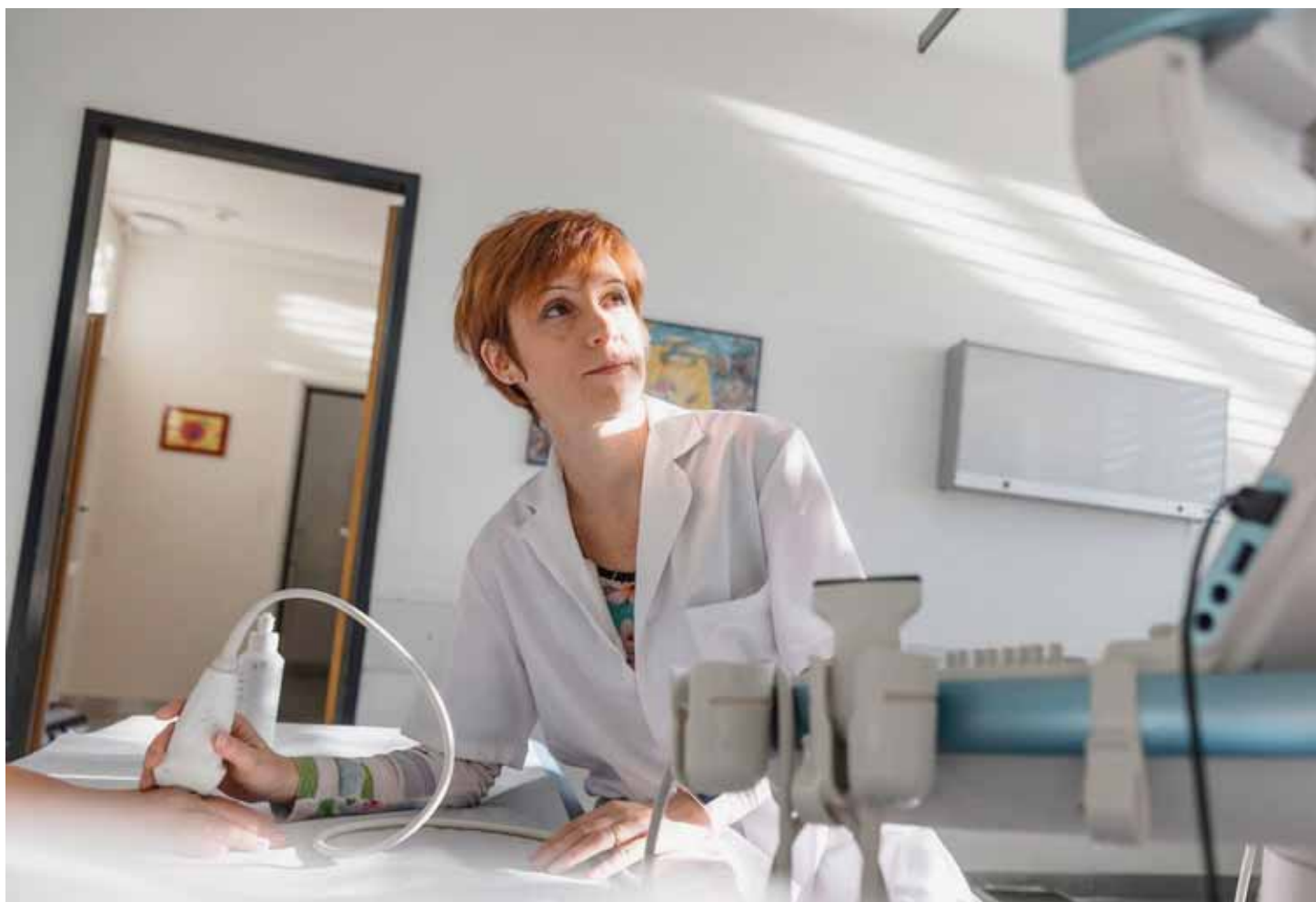
Les maladies rhumatismales réunissent de nombreuses affections de l'appareil locomoteur, avec parfois des répercussions sur d'autres organes comme les reins, la peau ou les poumons. Elles peuvent être invalidantes et douloureuses. Comment les traiter? Interview de la Dresse Laure Brülhart, médecin-chef du Service de rhumatologie de l'Hôpital neuchâtelois (HNE).

Les maladies rhumatismales, des maladies de l'âge?

Beaucoup pensent, à tort, que les rhumatologues ne voient que des personnes âgées. Si les maladies dégénératives, comme l'arthrose ou l'ostéoporose sont effectivement liées au vieillissement, les maladies auto-immunes et inflammatoires du système musculo-squelettique concernent surtout des patients jeunes. Même des enfants peuvent en être atteints, raison pour laquelle un rhumato-pédiatre du CHUV vient consulter deux fois par mois à l'hôpital Pourtalès, à Neuchâtel. Ces affections sont liées à un dérèglement du système immunitaire.

Les affections les plus fréquentes de vos patients?

Deux maladies inflammatoires justement, la polyarthrite rhumatoïde et les spondylarthrites. La première, qui survient généralement entre 40 et 60 ans, détruit progressivement les articulations tandis que la seconde affecte la colonne vertébrale de personnes de moins de 40 ans. Elles peuvent toucher d'autres régions du corps, d'où l'importance de mettre en place une thérapie adéquate dans les meilleurs délais. C'est particulièrement important pour la polyar-



La doctresse Laure Brülhart, médecin-chef du Service de rhumatologie de l'Hôpital neuchâtelois. GUILLAUME PERRET

thrite: plus le délai est court entre l'apparition des symptômes (douleurs inflammatoires et raideur au lever qui s'estompent durant la journée ou gonflement des petites articulations des mains) et le début du traitement, mieux on pourra freiner la destruction articulaire. L'inflammation et les douleurs peuvent être contenues dans la plupart des cas. Nous cherchons aussi à éviter que d'autres organes soient atteints. L'atteinte d'organes «extra-articulaires» tel que le poumon ou le rein conduit souvent à une prise en charge conjointe par plusieurs spécialistes.

Quelle prise en charge proposez-vous?

Le Service de rhumatologie offre des prestations ambulatoires à l'hôpital de La Chaux-de-Fonds, mais nous sommes aussi présents un jour par semaine sur le site de Couvet et deux matinées à l'hôpital Pourtalès. Quand cela s'avère nécessaire, nous nous rendons auprès de personnes hospitalisées. A la consultation, nous accordons du temps à l'anamnèse pour permettre au patient de nous détailler ses symptômes. Puis le patient est examiné dans sa globalité pour établir une hypothèse diagnostique qui sera étayée

par des examens complémentaires (prise de sang ou imagerie). Nous avons également la possibilité de réaliser des échographies articulaires. L'imagerie nous permet de poser un diagnostic plus précoce. Elle n'est pas invasive et nous aide à surveiller les maladies inflammatoires ainsi qu'à examiner les problèmes localisés. Si nous trouvons du liquide dans une articulation, nous pouvons immédiatement effectuer une ponction. L'analyse du prélèvement nous dira si le problème est provoqué par de l'arthrose, une inflammation, une infection, des cristaux (goutte).

Comment travaillez-vous?

Outre mon poste, le service compte deux cheffes de clinique et un médecin assistant en formation. Notre prise en charge est souvent interdisciplinaire. Nous travaillons beaucoup en interaction avec les ergothérapeutes. Des protocoles ont été mis en place conjointement avec elles. Nous collaborons avec les physiothérapeutes pour accompagner les patients dans la reprise des mouvements. L'objectif est de les aider à retrouver leur autonomie et reprendre le contrôle de leur vie. Une collaboration a aussi été instaurée avec les infirmières qui accompagnent

les patients dans la gestion de leur traitement immunosuppresseur et la connaissance de leur maladie. Finalement, les maladies rhumatologiques ont souvent un impact sur le moral. Dans ces cas, nous pouvons faire appel à un psychiatre de liaison pour les soutenir.

Cela étant, le médecin généraliste reste le chef d'orchestre dans la prise en charge globale. Le rôle du spécialiste, à mon sens, est de le soutenir dans le diagnostic et le traitement de la maladie musculosquelettique. Un suivi ciblé dans le cadre de rhumatisme inflammatoire chronique me semble également important car les maladies auto-immunes inflammatoires sont compliquées et les moyens thérapeutiques nombreux. Deux ou trois nouveaux traitements sont mis sur le marché par an! Les recommandations sur la prise en charge sont régulièrement mises à jour.

Ce sont souvent des maladies au long cours...

A l'instar du diabète, les patients doivent apprendre à vivre avec les maladies auto-immunes qui ont fréquemment un caractère chronique. Il en va de même pour les problèmes mécaniques dégénératifs: on va chercher un équilibre qui permette à la personne atteinte de poursuivre sa route en gérant la maladie. Je vais par exemple l'aider à pouvoir refaire de l'équitation, si c'est une activité à laquelle elle tient beaucoup: des aménagements peuvent être trouvés, même si la maladie reste présente. Nous mettons en place un accompagnement parce que ces maladies ont une répercussion sur la qualité de vie. Il est rare que je ne puisse rien proposer à un patient!

Des «cafés patients» pour s'informer et échanger

S'inspirant d'un projet du Centre hospitalier universitaire vaudois (Chuv), la doctresse Laure Brülhart a lancé des «cafés patients» à l'Hôpital neuchâtelois (HNE). Ils s'adressent aux personnes atteintes d'une pathologie rhumatismale inflammatoire chronique - polyarthrite rhumatoïde, de spondylarthrite, d'arthrite psoriasique ou connectivites notamment -, mais aussi à leur entourage et aux professionnels de la santé actifs dans le domaine de la rhumatologie.

Un complément à la prise en charge thérapeutique et médicale

«C'est un espace d'information, complémentaire à la prise en charge médicale et thérapeutique», explique la rhumatologue. «On aborde des sujets qui peuvent intéresser les patients, mais qui ne sont

pas forcément évoqués en consultation. Nous avons de bons retours! Si nous leur proposons de venir avec leurs proches c'est parce que les affections rhumatismales ont tendance à impacter la famille également.»

La troisième édition, organisée jeudi 15 novembre à l'hôpital de La Chaux-de-Fonds, est placée sous le thème «L'alimentation et les maladies inflammatoires en rhumatologie». Pour y participer, il est important de s'inscrire au préalable par e-mail à secretariat.rhumatologie.cdf@h-ne.ch ou par téléphone au 032 967 23 01.

Des thèmes qui leur tiennent à cœur

Le «café patient» se terminera autour d'un apéritif qui permettra aux participants d'échanger entre eux. Il réunira deux intervenants, les diététiciens Laurianne Vuille

et David Pouty. Privilégier une alimentation équilibrée s'avère en effet particulièrement important pour les personnes confrontées à ces maladies auto-immunes. Les deux précédentes éditions étaient consacrées aux voyages et aux médecines complémentaires. Les patients sont invités à proposer des thèmes qui leur tiennent à cœur pour les éditions à venir. Les causes de ces affections ne sont pas encore identifiées. Les facteurs héréditaires jouent un rôle, mais on suppose que d'autres éléments doivent être réunis pour déclencher la maladie. «Plusieurs pistes sont explorées. Des investigations sont par exemples menées autour du microbiote (réf. flore microbienne)», indique la médecin-chef du Service de rhumatologie, «mais on ne connaît pas encore les facteurs déclenchants».



Privilégier une alimentation équilibrée est particulièrement important lorsque l'on est confronté à ces maladies auto-immunes. KEYSTONE