

RETOMBÉES EN MOUVEMENT

BÂTIR UN AVENIR MEILLEUR : VOTRE GÉNÉROSITÉ AU TRAVAIL



Printemps 2025

Grâce à votre générosité, nous réalisons d'importantes avancées dans la transformation des soins de l'arthrite pour les personnes vivant avec l'arthrite et l'établissement de partenariats visant à révolutionner les résultats en matière de santé.

Une des principales initiatives est notre collaboration avec l'Université de l'Alberta dans le cadre du projet NAPS (Newborn Arthritis Prevention Screening — dépistage préventif de l'arthrose chez les nouveau-nés), qui tire parti de la technologie de pointe d'IA afin d'éradiquer la dysplasie de la hanche chez les nouveau-nés et réduire le risque d'arthrose subséquente grâce à un dépistage précoce.

Un tel progrès transformateur — et plus encore — est rendu possible grâce à vous. Vous stimulez des changements significatifs pour les millions de personnes atteintes d'arthrite. Merci!

— **Trish Barbato, présidente et chef de la direction**



Vos retombées : Faire avancer la recherche, changer des vies

Comment l'exposition visuelle à la lumière verte peut atténuer la douleur articulaire

Jason McDougall, Ph. D.,
Université Dalhousie (N.-É)

La découverte : Les chercheurs ont découvert une manière fascinante de soulager la douleur articulaire : il suffit de s'exposer à la lumière verte de faible intensité. Cette étude novatrice a découvert que la lumière verte peut atténuer la douleur liée à l'arthrose en stimulant les molécules naturelles de soulagement de la douleur présentes dans le sang, ce qui active le système de gestion de la douleur et du stress du corps, le système endocannabinoïde.

L'avenir : Pour de nombreuses personnes atteintes d'arthrite, les médicaments actuels ne procurent pas toujours de soulagement et peuvent poser un problème d'innocuité. Voilà pourquoi les autres options de traitements comme la thérapie par la lumière verte sont si excitantes. Cette approche prometteuse a un véritable potentiel pour soulager la douleur liée à l'arthrose et offre une voie sécuritaire et brillante pour gérer cette maladie aux nombreux défis.

Est-ce qu'une alimentation élevée en gras et en sucre a les mêmes répercussions sur toutes les articulations?

Nada Abughazaleh et Dr Walter Herzog,
Université de Calgary (Alb)

La découverte : Une étude portant sur les effets d'une alimentation élevée en gras et en sucre sur la santé articulaire donne des résultats surprenants : les articulations des épaules semblaient protégées par les effets négatifs de l'alimentation, un contraste par rapport aux recherches précédentes sur les articulations des genoux. Fait intéressant, bien que les suppléments de fibres aident à éviter que les échantillons mâles développent de l'obésité, ils avaient peu d'effet sur les femelles. Cela suggère que l'arthrose métabolique, un type d'arthrite lié à l'obésité, n'affecte pas toutes les articulations de la même manière.

L'avenir : Cette découverte met en lumière comment les facteurs comme la biologie des articulations, les hormones sexuelles, les bactéries intestinales, les différences structurelles, la réponse immunitaire et la biomécanique peuvent jouer un rôle important dans l'apparition ou la progression de l'arthrose métabolique. En approfondissant notre compréhension de ces différences, nous pouvons mettre au point des traitements précis et ciblés pour nous attaquer aux besoins uniques des personnes vivant avec l'arthrose.

Pour en savoir davantage sur les recherches rendues possibles grâce à la générosité de donateurs comme vous, visitez arthrite.ca/recherche

Créer les soins de santé de demain



Le projet NAPS : Éradiquer la dysplasie de la hanche

Chaque année au Canada, on s'attend à ce que 10 500 bébés naissent avec la dysplasie développementale de la hanche, ou dysplasie de la hanche — une maladie qui, si elle demeure non diagnostiquée, peut causer une douleur pour toute la vie, des dommages irréversibles aux articulations et des défis de mobilité.

La dysplasie de la hanche fait augmenter le risque d'arthrose de la hanche et elle est la principale cause d'arthroplastie de la hanche auprès des personnes de moins de 40 ans. Malheureusement, les approches de dépistage actuelles passent à côté de 90 % des cas chez les nouveau-nés. Or, lorsqu'elle est détectée chez les nouveau-nés, la dysplasie de la hanche peut facilement être corrigée à l'aide d'une attelle souple, évitant ainsi une vie entière de douleur et de problèmes de mobilité lors de la croissance.

La Société de l'arthrite du Canada, en partenariat avec le Dr Jacob Jaremko et son équipe de l'Université de l'Alberta, révolutionne le diagnostic de la dysplasie de la hanche par le biais du projet NAPS (Newborn Arthritis Prevention Screening — dépistage préventif de l'arthrose chez les nouveau-nés). Cette initiative novatrice utilise la technologie avancée de l'IA intégrée à un appareil à ultrasons portatif qui tient dans la poche.

Cette technologie de pointe, mise au point par le Dr Jaremko et l'équipe Medo AI (faisant maintenant partie d'Exo), détecte rapidement et à peu de frais la dysplasie de la hanche en quelques secondes, ainsi, les fournisseurs de soins de santé comme les infirmières et les médecins peuvent facilement procéder au dépistage avec une formation minimale et une précision exceptionnelle, pavant ainsi la voie à des traitements en temps opportun et qui changent des vies.

Avec votre soutien, nous nous concentrons sur les services de soins de santé dans les communautés rurales et éloignées afin de nous assurer que les populations les plus à risques ont accès à cette technologie qui change des vies.



Apprenez-en davantage sur la manière de prévenir une vie de douleur intense pour la prochaine génération :
arthrite.ca/NAPS

L'histoire d'Emma : Comment un diagnostic précoce aurait pu changer sa vie

Quand Jasmin a appris que la dysplasie de la hanche d'Emma aurait pu être détectée à la naissance au moyen d'un simple examen par ultrasons, son cœur s'est arrêté de battre.

Emma a reçu un diagnostic de dysplasie de la hanche aggravée juste avant son deuxième anniversaire. Ce fut le point de départ d'un parcours semé d'embûches pour ses parents et elle : décisions difficiles, pensées anxiogènes, série d'opérations avec de longues rémissions et innombrables rendez-vous. Comme pour tous les nouveau-nés au Canada, les hanches d'Emma ont été vérifiées à la naissance à l'aide de manœuvres physiques. Aucun signe préoccupant n'a été décelé. Tout semblait correct — jusqu'à ce qu'un jour, lors d'un changement de couche, les parents d'Emma remarquent qu'une de ses jambes semblait plus longue que l'autre. Après un autre dépistage physique, on leur a dit de ne pas s'inquiéter.

À 21 mois, Emma a commencé à marcher, mais elle boitait. « Elle n'avait pas de douleur, mais toutes mes préoccupations ont refait surface », explique Jasmin. Elle a cherché l'aide d'un chiropraticien qui a immédiatement reconnu des signes d'une possible dysplasie de la hanche et a insisté pour qu'Emma passe une radiographie. Les résultats étaient dévastateurs : le fémur d'Emma était complètement détaché de sa hanche et elle devait être opérée d'urgence.

Jasmin était bouleversé. Une opération semblait tellement extrême et invasive. « Comment expliquer à un enfant de deux ans qui vient tout juste d'apprendre à marcher, qu'elle se réveillera sans être capable de bouger? », se souvient-elle. Cette opération était-elle nécessaire alors qu'Emma ne montrait aucun signe d'inconfort? **Le chirurgien a expliqué que, sans traitement, la dysplasie de la hanche entraînerait de l'arthrose et fort probablement qu'une arthroplastie de la hanche serait requise au début de l'âge adulte.**

« L'opération a eu lieu. Je devais penser à son avenir », dit Jasmin. « Si nous ne nous étions pas occupés de sa dysplasie de la hanche tout de suite, elle l'aurait rattrapée plus tard ».

Emma est maintenant à la maternelle et elle continue de faire de la physiothérapie et à avoir des rendez-vous de suivi. Un an après l'opération, des signes suggèrent qu'un espace se reforme dans sa hanche, ce qui fait augmenter les probabilités d'une autre opération. Pour l'heure, Jasmin veille à aider Emma à grandir et se renforcer, mais ses préoccupations demeurent.

« Si on avait proposé un ultrason à la naissance d'Emma, nous aurions pu nous éviter tellement de douleur en plus d'épargner énormément de dépenses au système de soins de santé », réfléchit Jasmin.

La Société de l'arthrite du Canada investit dans un projet de recherche novateur afin d'éviter cette situation. Le projet NAPS (Newborn Arthritis Prevention Screening — dépistage préventif de l'arthrose chez les nouveau-nés), utilise la technologie 3D appuyée par l'IA dans un appareil à ultrasons portable qui tient dans la main afin de détecter la dysplasie de la hanche chez les enfants de manière rapide, peu coûteuse et précise. Le diagnostic et le traitement précoces donnent l'espoir d'un avenir sans douleur.



« Si on avait proposé un ultrason à la naissance d'Emma, nous aurions pu nous éviter tellement de douleur en plus d'épargner énormément de dépenses au système de soins de santé »

- Jasmin



Bien vivre avec l'arthrite : Reprendre le dessus

Arthrite et microbiote : Trois conseils pour favoriser les saines bactéries intestinales

Saviez-vous que les chercheurs ont trouvé une protéine chez les personnes atteintes de polyarthrite rhumatoïde qui, une fois digérée par le microbiote, provoque de l'inflammation? De saines habitudes alimentaires peuvent aider le microbiote à bien se développer et réduire l'inflammation — voici trois conseils :

1 Augmenter votre consommation d'aliments à base de plantes. Les légumes, les noix, les céréales, les légumineuses et les fruits sont riches en fibres diverses qui favorisent la santé intestinale.

2 Penser à des assiettes colorées. Les aliments de couleur vive (souvent des fruits et des légumes), riches en pigments et regorgeant d'antioxydants, favorisent le microbiote intestinal.

3 Choisir des plats maisons. Faites attention à ce que vous mangez et préparez des repas maison, vous éviterez ainsi les ingrédients modifiés et les aliments « ultra-transformés ».

Découvrez nos nombreuses recettes anti-inflammatoires et mettez-vous au fourneau : arthrite.ca/rayonnez

Conversations sur l'arthrite

Les *Conversations sur l'arthrite* mettent en relation des milliers de personnes avec des experts qui traitent de sujets comme les médicaments contre l'arthrite, la gestion de la douleur, bien vivre avec l'arthrite et les stratégies de soins. Les prochains webinaires de cette série gratuite porteront sur une gamme de sujets, y compris la spondylarthrite et des conseils et des astuces pour gérer vos articulations. Pour visionner les webinaires enregistrés et en apprendre davantage sur nos séances de l'automne, visitez arthrite.ca/conversations

Nous voulons vos commentaires : Plan d'action contre l'arthrite

La Société de l'arthrite du Canada prend des mesures audacieuses pour s'attaquer aux coûts sociaux et économiques grandissants de l'arthrite. La Société de l'arthrite du Canada, agissant à titre d'organisation principale, travaille avec 20 partenaires de l'écosystème national de l'arthrite afin de mener à bien plus grand plan réalisé en cocréation au Canada, le Plan d'action contre l'arthrite — engager un million de voix pour transformer les soins de l'arthrite, la recherche et l'innovation. Nous voulons savoir ce que vous pensez. Votre voix est importante. Aidez à façonner l'avenir en nous faisant part de vos commentaires à planactionarthrite.ca

Donnez aujourd'hui et aidez à créer un avenir meilleur pour les personnes atteintes d'arthrite.

Donner est facile :

Par téléphone : 1 800 321-1433

En ligne : arthrite.ca/donnermaintenant

Par la poste : Retournez le formulaire dans l'enveloppe affranchie ci-jointe



Votre soutien incroyable donne de l'espoir et stimule le changement — Merci!