

Une **POLYARTHRITE RHUMATOÏDE**  
peut être contrôlée.  
Et pas qu'à moitié.



ARTICULATIONS GONFLÉES, DOULOUREUSES, FATIGUE,  
ALTÉRATION DE LA QUALITÉ DE VIE...

**POUR EN SAVOIR PLUS,  
OUVREZ-MOI !**

abbvie EN PARTENARIAT AVEC

  
Asociación nacional de defensa  
contra la poliartritis reumatoide

**PAS DE DEMI-MESURE**

# LA POLYARTHRITE RHUMATOÏDE, ET SI VOUS GARDIEZ LE CONTRÔLE ?

La polyarthrite rhumatoïde est une maladie inflammatoire chronique<sup>1</sup>. Les principaux symptômes, dont les douleurs articulaires (surtout la nuit et le matin), les gonflements articulaires, les raideurs (surtout le matin) et la grande fatigue<sup>2</sup> peuvent avoir des **répercussions sur vos activités du quotidien, vos loisirs, votre vie sociale ou encore votre vie professionnelle**<sup>3</sup>.

Aujourd'hui, il est possible de contrôler voire d'arrêter l'inflammation au niveau de vos articulations et ainsi limiter la progression de la maladie<sup>4</sup>. Viser cet objectif en partenariat avec votre rhumatologue, c'est viser une meilleure qualité de vie !



## LES RAISONS D'EXPRIMER VOTRE RESENTI

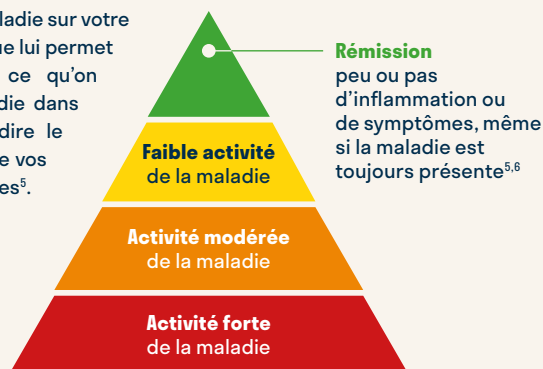
### PAR RAPPORT À LA MALADIE :

1. De nombreux **symptômes** liés à votre maladie ainsi que ses répercussions sur votre quotidien sont parfois **invisibles**. N'hésitez pas à exprimer votre ressenti à votre rhumatologue pendant la consultation afin de trouver la solution qui convient le mieux à votre situation.
2. Vos symptômes peuvent être le signe que votre maladie est active ou que des lésions articulaires sont en train de se développer. Parlez-en sans plus attendre afin que vous puissiez reprendre le contrôle sur la maladie !

## MIEUX COMPRENDRE LA MALADIE

Évoquer tous les impacts de la maladie sur votre quotidien avec votre rhumatologue lui permet notamment de mieux évaluer ce qu'on appelle « l'activité » de la maladie dans le vocabulaire médical, c'est-à-dire le niveau actuel de l'inflammation de vos articulations et de vos symptômes<sup>5</sup>.

**Voici les quatre niveaux<sup>6</sup> :**



En fonction du niveau d'activité de la maladie, votre rhumatologue définira avec vous une prise en charge adaptée (à votre situation et vos objectifs) afin de viser la rémission ou une faible activité de la maladie<sup>5,6</sup>. Se fixer cet objectif, c'est aller au bout des choses !

**ET SI VOUS AUSSI, VOUS VISIEZ LA RÉMISSION ?**

# GARDER LE CONTRÔLE SUR LA MALADIE : UN TRAVAIL D'ÉQUIPE

Ensemble avec votre rhumatologue, vous pouvez changer la donne concernant votre vie avec une polyarthrite rhumatoïde. Vous trouverez ici quelques clés pour qu'ensemble, vous puissiez aller au bout des choses.



## La préparation en amont de la consultation

Vous pouvez noter vos questions et rassembler les documents que vous souhaitez transmettre à votre rhumatologue : radios, résultats de prises de sang, carnet compilant vos symptômes au jour le jour, suivi du traitement médicamenteux, prise d'anti-douleurs, pratique d'activité physique etc.



Retrouvez des exemples de documents à compléter en flashant ce QR code !



Retrouvez les témoignages de Damien, Danielle, Ghislaine et Carine qui partagent leur vécu et la façon dont ils ont appris à contrôler leur maladie en flashant ce QR code ! Les solutions qu'ils ont mises en place pourront peut-être vous aider !

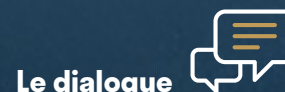


## En suivi de la consultation

Vous pouvez vous renseigner sur des organismes ou programmes évoqués par votre rhumatologue (associations de patients, programme d'Éducation Thérapeutique du Patient etc.). Vous pouvez également centraliser toutes les informations utiles liées à votre polyarthrite rhumatoïde dans un carnet de suivi que vous pourrez apporter lors de votre prochaine consultation.



**NE GARDEZ PLUS LES  
MAUX POUR VOUS,  
PARLEZ-EN À VOTRE  
RHUMATOLOGUE  
ET ENSEMBLE,  
GARDEZ LE CONTRÔLE !**



## Le dialogue pendant la consultation

La consultation, c'est LE moment où vous pouvez parler des impacts de la maladie sur votre quotidien et des objectifs qui vous importent, en toute transparence et sans tabou avec votre rhumatologue.

**C'est un temps d'échange pour :**

- Poser les questions que vous avez peut-être préparées en amont de la consultation et transmettre les documents que vous deviez apporter
- Demander des précisions sur une information que votre rhumatologue vient de partager
- Partager vos interrogations sur les solutions que votre rhumatologue vous propose. Vous avez le droit de participer aux décisions concernant le contrôle de votre maladie !

# TOUT AU LONG DE VOTRE PARCOURS, BIEN VIVRE AVEC LA MALADIE

**Vous n'avez pas besoin de faire ce chemin tout(e) seul(e). Des ressources existent pour vous aider ! N'hésitez pas à vous rapprocher des associations de patients si vous avez besoin de soutien ou d'informations.**

Par exemple, vous pouvez vous orienter vers l'ANDAR, l'association partenaire de la campagne de sensibilisation "Pas de demi-mesure".

L'ANDAR est une association créée en 1984 pour lutter contre la polyarthrite rhumatoïde, agréée pour représenter les usagers du système de santé et reconnue d'utilité publique.

Composée principalement de bénévoles, l'association est présente dans de nombreuses régions pour assurer des opérations de proximité. Elle met à disposition des personnes atteintes de polyarthrite rhumatoïde, et de leur entourage, l'information sur la maladie et ses conséquences, et mène des actions de terrain et de recherche sur la polyarthrite rhumatoïde depuis 40 ans. Elle est aussi particulièrement militante pour défendre les droits des malades et préserver la meilleure prise en charge possible.

Attachée à la démocratie en santé, son conseil d'administration et sa présidence sont assurés par des patients ou des proches.

[www.polyarthrite-andar.org](http://www.polyarthrite-andar.org)



Association nationale de défense  
contre la polyarthrite rhumatoïde



Vous pourrez également trouver des informations autour de la polyarthrite rhumatoïde, des liens utiles, des outils et des témoignages pour vous aider à mieux vivre avec la maladie au quotidien sur le site [www.abbviecare.fr](http://www.abbviecare.fr)



- 1 - HAS. Guide - Affection de longue durée. La prise en charge de votre Polyarthrite Rhumatoïde. Décembre 2008. [https://www.larhumato.fr/wp-content/uploads/2017/11/HAS2008\\_polyarthrite\\_guidepatient.pdf](https://www.larhumato.fr/wp-content/uploads/2017/11/HAS2008_polyarthrite_guidepatient.pdf) (Consulté le 30/04/2024)
- 2 - Inserm. Polyarthrite rhumatoïde. <https://www.inserm.fr/dossier/polyarthrite-rhumatoïde/> (Consulté le 30/04/2024)
- 3 - HAS. Guide - Affection de longue durée. Polyarthrite Rhumatoïde évolutive grave. Avril 2008. [https://has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/gm\\_polyarthrite\\_web.pdf](https://has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/gm_polyarthrite_web.pdf) (Consulté le 30/04/2024)
- 4 - Le traitement de la polyarthrite rhumatoïde. <https://www.ameli.fr/assure/sante/themes/polyarthrite-rhumatoïde/traitement> (Consulté le 30/04/2024)
- 5 - Daïen et al. Actualisation des Recommandations de la Société française de rhumatologie pour la prise en charge de la Polyarthrite Rhumatoïde. Revue du rhumatisme 86 (2019) 8-24. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1169833018301522> (Consulté le 30/04/2024)
- 6 - Société Française de Rhumatologie - Site « La rhumatologie pour tous ». <https://public.larhumatologie.fr/grandes-maladies/polyarthrite-rhumatoïde/comment-se-manifeste-la-polyarthrite-rhumatoïde> (Consulté le 30/04/2024)

abbvie

ABBVIE SAS à associé unique au capital de 133 449 467,40 € - RCS Créteil 750 775 660 - SIRET : 750 775 660 00012  
10 rue d'Arcueil - 94528 RUNGIS Cedex

