



Arthrose : Diagnostic Infirmier & Plan de Soins

Un guide complet pour prendre en charge efficacement les patients atteints d'arthrose et améliorer leur qualité de vie.

Qu'est-ce que l'arthrose ?

L'arthrose est une affection chronique provoquant la dégradation progressive du cartilage des articulations synoviales. Elle touche principalement les articulations portantes : genoux, hanches, pieds et colonne vertébrale.

Arthrose primaire : survient surtout chez les femmes de plus de 65 ans, souvent avec antécédents familiaux.

Arthrose secondaire : touche plutôt les hommes, résulte d'une lésion articulaire ou maladie inflammatoire préalable.



Mécanisme de Dégénérescence

01

Déséquilibre enzymatique

Destruction par enzymes lysosomales supérieure à la production de chondrocytes.

02

Détérioration du cartilage

Le cartilage devient mince, rugueux et irrégulier avec zones ramollies.

03

Inflammation articulaire

Libération de microfragments de cartilage déclenchant une réaction inflammatoire.

04

Formation d'ostéophytes

Excroissances osseuses réduisant la mobilité et modifiant la forme articulaire.

05

Complications osseuses

Fuite du liquide synovial et formation de kystes osseux.

Objectifs des Soins Infirmiers



Soulagement de la douleur

Améliorer la mobilité articulaire et le confort du patient.



Optimisation fonctionnelle

Favoriser l'autonomie dans les activités quotidiennes.



Éducation thérapeutique

Soutenir les stratégies d'autogestion pour une prise en charge durable.



Priorités en Soins Infirmiers



Soulager la douleur

Améliorer le confort global du patient.



Maintenir la mobilité

Optimiser la fonction physique articulaire.



Enseigner l'autogestion

Stratégies pour gérer la maladie au quotidien.



Favoriser l'autonomie

Encourager la participation active aux soins.



Collaboration interdisciplinaire

Assurer un suivi complet et cohérent.



Évaluation Infirmière Complète

Signes physiques

- Douleur articulaire aggravée par le mouvement
- Raideur matinale
- Gonflement et inflammation
- Limitation de l'amplitude des mouvements
- Crépitation (bruits articulaires)
- Faiblesse musculaire

Facteurs contributifs

- Dégénérescence articulaire
- Spasmes musculaires
- Fatigue chronique
- Déformations osseuses
- Impact sur la vie quotidienne

Objectifs Thérapeutiques Mesurables

1

Contrôle de la douleur

Niveau tolérable inférieur à 3-4 sur 10 avec stratégies pharmacologiques et non pharmacologiques.

2

Confort accru

Signes vitaux stables et posture détendue observables.

3

Participation active

Activités quotidiennes sans aggravation de la douleur.

4

Mobilité optimale

Techniques adaptatives pour marche et transfert maîtrisées.

5

Prévention des complications

Peau intacte, transit normal, absence de thrombophlébite.

6

Adaptation psychologique

Confiance accrue dans la gestion de la maladie.

Interventions : Gestion de la Douleur & Mobilité

Thérapie thermique

Compresses chaudes pour améliorer la circulation, froides pour réduire l'inflammation.

Traitement médicamenteux

Analgésiques et anti-inflammatoires avec surveillance des effets.

Exercices ROM

Programme d'amplitude de mouvement pour maintenir la flexibilité articulaire.

Aides à la mobilité

Cannes et déambulateurs pour améliorer stabilité et prévenir les chutes.

Éducation & Prévention des Complications

Stratégies d'autogestion

- Comprendre la nature de l'arthrose et facteurs de risque
- Techniques d'économie articulaire
- Alimentation équilibrée et gestion du poids
- Arrêt du tabac et réduction d'alcool

Surveillance des complications

- Prévention des escarres et thrombophlébite
- Stratégies anti-chutes
- Suivi régulier et ajustement du plan de soins





Vers des Soins Optimisés

L'arthrose nécessite une approche holistique combinant interventions infirmières, traitement médicamenteux, physiothérapie et autogestion. L'éducation thérapeutique et le soutien psychosocial sont essentiels pour améliorer l'autonomie et prévenir les complications.

Soins personnalisés

Évaluation continue des besoins individuels du patient.

Approche interdisciplinaire

Collaboration pour une prise en charge globale.

Bien-être durable

Amélioration de la qualité de vie physique et émotionnelle.