



GUIDE POUR LES PATIENTS

QUAND LE SOULAGEMENT NE PEUT ATTENDRE



OPTIONS OFFERTES POUR LE TRAITEMENT DE LA DOULEUR CAUSÉE PAR L'ARTHROSE DU GENOU

Il existe de nombreuses solutions pour aider à soulager la douleur causée par l'arthrose du genou.

Modification des habitudes de vie

- Si vous êtes en surpoids, perdre du poids réduira le stress imposé à vos genoux
- Pratiquer des exercices à faible impact (p. ex., la marche, la bicyclette, la natation) pour renforcer votre musculature
- Prendre du repos lorsque vous éprouvez de la douleur ou lorsque votre genou est enflé
- Appliquer de la chaleur ou de la glace pour soulager la douleur du genou

Médicaments

Les analgésiques en vente libre comme l'acétaminophène peuvent aider à soulager la douleur. Votre médecin vous recommandera peut-être aussi de l'ibuprofène, de l'acide acétylsalicylique ou un agent topique pour soulager la douleur des genoux. Si votre état empire, le médecin pourra vous prescrire un anti-inflammatoire non stéroïdien (AINS) comme l'aspirine pour mieux soulager la douleur et l'inflammation.

Viscosupplémentation

La viscosupplémentation, offerte par Cingal^{MD}, Monovisc^{MD} ou Orthovisc^{MD}, consiste en l'injection, dans le genou, d'une substance transparente semblable à un gel, qui contient de l'acide hyaluronique. L'acide hyaluronique est une substance naturellement présente dans le liquide synovial de l'articulation du genou. L'injection d'acide hyaluronique dans l'articulation permettrait de lubrifier le cartilage (comme l'huile lubrifie les rouages d'un moteur), réduisant ainsi la friction et la douleur. Une injection unique de Cingal^{MD} ou de Monovisc^{MD}, ou trois injections d'Orthovisc^{MD}, peuvent aider à soulager la douleur associée à l'arthrose du genou pendant une période pouvant aller jusqu'à 6 mois. De plus, le corticostéroïde que contient Cingal^{MD} peut procurer un soulagement rapide de la douleur.

Injection de corticostéroïdes

L'injection d'un corticostéroïde (ou cortisone), tel que l'hexacétone de triamcinolone contenu dans Cingal^{MD}, peut soulager la douleur causée par l'arthrose du genou en réduisant l'enflure de l'articulation. Le soulagement est souvent rapide et peut durer de quelques jours à quelques mois, selon les personnes. Dans la plupart des cas, il faut entre 24 et 48 heures avant que l'injection fasse pleinement effet.

Injection associant viscosupplémentation et corticostéroïde

Un traitement comme Cingal^{MD}, associant viscosupplémentation et un corticostéroïde, consiste en une seule injection intra-articulaire qui apporte le soulagement rapide d'un corticostéroïde et le soulagement durable de la douleur qu'offre la viscosupplémentation.

Chirurgie

Le remplacement du genou constitue l'option thérapeutique de dernier recours pour les patients souffrant de douleur causée par l'arthrose qui ne répondent pas aux traitements mentionnés précédemment. La décision de recourir à la chirurgie repose sur plusieurs facteurs, notamment la tolérance à la douleur, le degré d'invalidité ainsi que les bienfaits et les risques associés à la chirurgie.

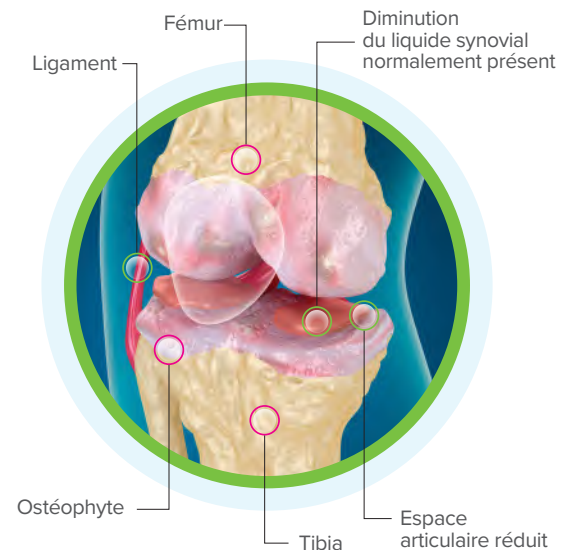
QU'EST-CE QUI CAUSE LA DOULEUR ASSOCIÉE À L'ARTHROSE DU GENOU?

Un genou en bonne santé contient du liquide synovial, une substance visqueuse qui lubrifie l'articulation et amortit les chocs. Le liquide synovial a également des propriétés anti-inflammatoires, anaboliques et analgésiques.

L'acide hyaluronique est une composante importante du liquide synovial et contribue aux propriétés viscoélastiques de ce dernier.

La modification de la composition du liquide synovial et la dégénérescence des structures articulaires peuvent éventuellement entraîner de la douleur. La douleur causée par l'arthrose du genou peut se manifester avec plus d'acuité lors d'activités de mise en charge, et surtout lorsqu'on monte les escaliers ou qu'on plie les genoux. Il arrive aussi que la douleur soit présente même au repos.

LA DOULEUR CAUSÉE PAR L'ARTHROSE DU GENOU EST DUE À LA MODIFICATION DE LA COMPOSITION DU LIQUIDE SYNOVIAL ET DES STRUCTURES ARTICULAIRES



L'intensité de la douleur du genou peut varier d'une personne à l'autre

L'arthrose, autrefois qualifiée « d'arthrite de l'usure », a récemment fait l'objet d'une redéfinition par l'Osteoarthritis Research Society International (OARSI) et est désormais considérée comme une tentative manquée de l'organisme de réparer les lésions aux tissus articulaires.

COMMENT CINGAL^{MD} PEUT-IL SOULAGER LA DOULEUR CAUSÉE PAR L'ARTHROSE DU GENOU?



- Cingal^{MD} est le premier traitement à injection unique permettant de soulager rapidement la douleur causée par l'arthrose du genou tout en offrant une diminution durable de la douleur. Cingal^{MD} est utilisé chez les patients à qui de simples analgésiques (tel l'acétaminophène), l'exercice ou la physiothérapie ne procurent pas un soulagement adéquat de la douleur.
- Cingal^{MD} combine les bienfaits d'un anti-inflammatoire de confiance à ceux de Monovisc^{MD} afin de soulager la douleur causée par l'arthrose du genou. L'anti-inflammatoire offre un soulagement rapide de la douleur débutant en général 24 heures après l'administration, tandis que l'acide hyaluronique de Monovisc^{MD} est associé à un soulagement efficace de la douleur arthrosique pouvant durer jusqu'à 6 mois. Cingal^{MD} a généralement été bien toléré et aucun effet indésirable grave n'a été signalé.

Cingal^{MD} sera administré par votre médecin au moyen d'une injection intra-articulaire unique.

L'EXERCICE PEUT-IL M'AIDER À SOULAGER LA DOULEUR CAUSÉE PAR L'ARTHROSE DU GENOU?

La présence d'arthrite pourrait constituer l'excuse rêvée pour éviter de faire de l'exercice, mais en fait, un programme d'exercice conçu et supervisé par un professionnel spécialisé en matière d'arthrose du genou peut aider à atténuer la douleur tout en améliorant la flexibilité et la forme physique.

Trois types d'exercice sont recommandés pour les personnes atteintes d'arthrose :

- exercices permettant d'améliorer l'amplitude du mouvement (aussi appelés exercices de flexibilité);
- exercices d'endurance ou exercices d'aérobic;
- exercices de renforcement.

Chacun de ces types d'exercice a son rôle dans le maintien de la flexibilité, de l'amplitude du mouvement et du fonctionnement de l'articulation.

ACTIVITÉS À FAIBLE IMPACT

La bicyclette, la natation et les exercices d'aérobic aquatique sont doux pour vos genoux.

- La pratique d'exercices dans l'eau permet d'alléger la pression exercée sur vos articulations douloureuses. Informez-vous auprès des organismes communautaires, des cliniques de santé d'hôpital, des gymnases et des piscines près de chez vous pour connaître les programmes offerts pour les personnes atteintes d'arthrite.
- Perdre du poids en pratiquant des activités physiques peut également réduire le stress imposé à vos articulations. Une perte de poids même légère peut avoir un effet notable.
 - ° Une perte de 5 livres représente une réduction de 20 livres d'usure.

Certaines activités, comme le golf, comportent des mouvements pouvant entraîner de la douleur aux articulations. Informez-vous auprès de votre médecin ou de votre physiothérapeute afin de pouvoir les pratiquer en toute sécurité.

L'OBJECTIF À VISER EST DE 30 MINUTES D'EXERCICE PAR JOUR

- Commencez doucement, avec environ 10 minutes d'exercice par jour. Si vous n'éprouvez pas de douleur, augmentez graduellement la fréquence et l'intensité jusqu'à ce que vous ayez atteint votre objectif.
- Il est normal d'éprouver de légères douleurs musculaires. Discutez avec votre médecin avant de prendre des analgésiques en vente libre comme l'acétaminophène, l'ibuprofène ou le naproxène pour soulager vos douleurs musculaires. L'application de glace peut aussi être utile. **Signalez toute douleur articulaire à votre médecin.**

Il est recommandé d'ajouter à votre routine quelques exercices simples, particulièrement des exercices visant à renforcer les muscles quadriceps, ischiojambiers et fessiers, lesquels favorisent le bon fonctionnement des genoux.

Visitez le site Web doleuraugenou.ca pour des exemples d'exercices à pratiquer et d'autres conseils destinés à contribuer au soulagement de la douleur causée par l'arthrose du genou.

La douleur causée par l'**arthrose du genou** peut compromettre votre mode de vie et vos activités quotidiennes. Ce guide a pour but de répondre à vos questions et de vous permettre de déterminer, conjointement avec votre médecin, si vous êtes susceptible de bénéficier du traitement par Cingal^{MD}, le premier et le seul traitement à injection unique permettant de soulager rapidement la douleur causée par l'arthrose du genou tout en offrant une diminution durable de la douleur.

L'arthrose est la forme d'arthrite la plus fréquente; elle touche près de 5 000 000 de Canadiens.

Une personne sur 6 au Canada



DOULEUR AU GENOU-CA

douleuraugenou.ca

CINGAL

MONOVISC

ORTHOVISC

Cingal^{MD} est indiqué dans le traitement de la douleur causée par l'arthrose du genou chez les patients n'ayant pas adéquatement répondu à un traitement non pharmacologique conservateur et à de simples analgésiques (par ex., acétaminophène). Cingal^{MD} comprend un stéroïde auxiliaire qui fournit un soulagement supplémentaire à court terme de la douleur.

Monovisc^{MD} est un traitement de viscosupplémentation administré par votre médecin au moyen d'une injection intra-articulaire unique. Monovisc^{MD} est indiqué pour le traitement de la douleur causée par l'arthrose du genou chez les patients qui n'ont pas répondu adéquatement au traitement conservateur non pharmacologique et aux analgésiques simples, ex. l'acétaminophène.

Orthovisc^{MD}, un autre traitement de viscosupplémentation, est administré à l'aide de trois injections intra-articulaires dans le cadre de trois visites en clinique distinctes. Orthovisc^{MD} est indiqué pour le traitement symptomatique dans l'ostéoartrite du genou.

Pour de plus amples renseignements :

Cingal^{MD}, Monovisc^{MD} et Orthovisc^{MD} peuvent ne pas convenir à tout le monde. Si vous avez des questions relativement à ces produits ou pour obtenir de plus amples renseignements sur la douleur causée par l'arthrose du genou, consultez votre médecin.

Pour plus d'information sur Cingal^{MD}, Monovisc^{MD} et Orthovisc^{MD}, communiquez avec le Service d'information médicale au 1-888-550-6060 ou faites parvenir un courriel à medinfo@pendopharm.com.

QUESTIONNAIRE SUR LA DOULEUR DU GENOU

Répondez à ce questionnaire afin de pouvoir en discuter avec votre professionnel de la santé.

J'éprouve de la douleur au genou :

- ☐ Jamais
- ☐ Mensuellement
- ☐ Hebdomadairement
- ☐ Quotidiennement
- ☐ Constamment

Au cours de la semaine dernière, quelle était l'intensité de la douleur ressentie en effectuant les mouvements ou les activités ci-dessous :

Extension complète du genou

- ☐ Aucune
- ☐ Légère
- ☐ Modérée
- ☐ Importante
- ☐ Extrême

En position assise ou couchée

- ☐ Aucune
- ☐ Légère
- ☐ Modérée
- ☐ Importante
- ☐ Extrême

Flexion complète du genou

- ☐ Aucune
- ☐ Légère
- ☐ Modérée
- ☐ Importante
- ☐ Extrême

En marchant sur une surface plane

- ☐ Aucune
- ☐ Légère
- ☐ Modérée
- ☐ Importante
- ☐ Extrême

En montant ou en descendant un escalier

- ☐ Aucune
- ☐ Légère
- ☐ Modérée
- ☐ Importante
- ☐ Extrême

J'ai déjà fait l'essai de certains traitements afin de soulager la douleur du genou.

- ☐ Oui
- ☐ Non

J'aimerais discuter des points suivants avec mon médecin :

Renseignements à l'intention des professionnels de la santé

Cingal^{MD} est indiqué dans le traitement de la douleur causée par l'arthrose du genou chez les patients n'ayant pas adéquatement répondu à un traitement non pharmacologique conservateur et à de simples analgésiques (par ex., acétaminophène). Cingal^{MD} comprend un stéroïde auxiliaire qui fournit un soulagement supplémentaire à court terme de la douleur.

Renseignements à l'intention des patients

Cingal^{MD} peut ne pas convenir à tout le monde. Si vous avez des questions relativement à ce produit ou pour obtenir de plus amples renseignements sur la douleur causée par l'arthrose du genou, consultez votre médecin.

Pour obtenir plus de renseignements sur les contre-indications, les précautions, les effets indésirables, la posologie et les modalités d'administration, veuillez communiquer avec notre **Service d'information médicale, par téléphone au 1-888-550-6060 ou par courriel à medinfo@pendopharm.com.**

CINGAL^{MD}

cingal.ca

Fabriqué par :
Anika Therapeutics Inc., Bedford, MA

Distribué par :



PENDOPHARM
LES GRANDS ESPRITS SE RENCONTRENT

Cingal^{MD} est une marque déposée d'Anika Therapeutics Inc., utilisée sous licence par Pharmascience inc. Pendopharm, division de Pharmascience inc. La licence de mise en marché de ce produit ne s'applique qu'au Canada; son utilisation n'est pas approuvée aux États-Unis.

NOUVEAU

LIGNE D'ASSISTANCE
Vérifiez votre
couverture d'assurance



Un conseiller de la ligne d'assistance dédiée à la couverture d'assurance communiquera avec votre fournisseur d'assurance avec vous afin de vous aider à savoir si votre assurance couvre les frais reliés aux produits Cingal^{MD}, Monovisc^{MD} ou Orthovisc^{MD}.

Composez le 1-855-491-5754 pour parler à un spécialiste en matière de couverture d'assurance

**UNE GAMME
COMPLÈTE DE
VISCOSUPPLÉMENTS
POUR UN SOULAGEMENT
DURABLE DE LA
DOULEUR CAUSÉE PAR
L'ARTHROSE DU GENOU**

DOULEUR
AU
GENOU^{CA}

douleuraugenou.ca

CINGAL

MONOVISC

ORTHOVISC

Fabriqué par :
Anika Therapeutics Inc., Bedford, MA

Distribué par :



PENDOPHARM
LES GRANDS ESPRITS SE RENCONTRENT

Cingal^{MD}, Monovisc^{MD} et Orthovisc^{MD} sont des marques déposées d'Anika Therapeutics Inc., utilisées sous licence par Pharmascience inc. Pendopharm, division de Pharmascience inc. Les licences de mise en marché de ces produits ne s'appliquent qu'au Canada; leur utilisation n'est pas approuvée aux États-Unis.