

Comment mettre en œuvre de manière systématique les directives cliniques internationales pour la prise en charge de l'arthrose du genou en Suisse?

Messages clés

Les défis

Les directives cliniques internationales sont conservatrices en ce qui concerne le traitement de l'arthrose du genou, recommandant l'exercice, l'éducation et le contrôle du poids (le cas échéant) comme traitement de première intention pour toutes les personnes souffrant d'arthrose du genou. Cependant, les résultats obtenus dans divers contextes de soins de santé ont révélé que l'exercice et l'éducation sont des recommandations peu suivies. Une enquête récente menée auprès de médecins spécialistes en Suisse a mis en évidence un écart entre les preuves et les résultats, ce qui implique que les preuves solides en faveur de l'exercice ne sont pas transférées dans la pratique clinique. En moyenne, seuls 54 % des patients souffrant d'arthrose du genou ont été orientés vers des exercices spécifiques. L'application systématique de l'exercice structuré et de l'éducation pour traduire les recommandations des lignes directrices dans la pratique contribuerait à combler cet écart entre les preuves et la performance en Suisse.

Cette note d'orientation vise à résumer les principaux résultats de l'enquête susmentionnée, décrit les défis à relever pour améliorer la prise en charge conservatrice de la maladie (c'est-à-dire l'application systématique d'exercices structurés et l'éducation) et présente des options pour relever ces défis, ce qui débouche sur trois recommandations clés.

Recommandations

Les paragraphes suivants décrivent les trois recommandations clés pour la mise en œuvre de la recommandation du guide clinique "exercice et éducation comme traitement de première intention" dans la pratique en Suisse:

Traduction des recommandations de la ligne directrice en un programme spécifique d'exercice et d'éducation.

La mise en œuvre d'un programme d'exercice et d'éducation en Suisse pourrait être une solution pour traduire les recommandations de la directive dans la pratique. Il existe des programmes d'exercices et d'éducation structurés pour l'arthrose du genou déjà établis avec succès dans le monde entier.

Faciliter l'application systématique de l'exercice par le biais de voies de traitement standardisées.

Il est important de former les professionnels de la santé afin qu'ils comprennent mieux la nécessité, l'efficacité et les avantages à long terme de l'exercice physique, ainsi que les avantages d'un parcours de traitement structuré. Cela faciliterait l'application systématique de l'exercice et de l'éducation par le biais de parcours de traitement standardisés. Un parcours de traitement standardisé pourrait également faciliter l'amélioration de la collaboration interprofessionnelle.

Promotion des avantages de l'exercice dans la gestion à long terme des maladies chroniques.

Pour parvenir à un changement de paradigme et passer de la situation actuelle de simple traitement des symptômes aigus à un exercice et une éducation structurés et à l'autogestion, il est essentiel de promouvoir les avantages de l'exercice. La population suisse doit être informée et sensibilisée au fait que l'inactivité physique est un facteur de risque pour les symptômes liés à l'arthrose du genou et que l'exercice est une intervention bénéfique pour prévenir ou améliorer ces symptômes.

Considérations relatives à la mise en œuvre

Fenêtres d'opportunité potentielles:

- Il existe de bonnes preuves en faveur de l'exercice qui réduit la douleur et améliore la fonction chez les personnes souffrant d'arthrose du genou. Une revue Cochrane (2015) indique qu'il est peu probable que des recherches supplémentaires dans ce domaine modifient les preuves que l'exercice est bénéfique pour la douleur du genou et la fonction physique.
- Pression financière pour une gestion rentable des soins de santé
- Sensibilisation accrue aux avantages en termes de santé et de coûts de l'exercice pour les maladies non transmissibles, par exemple l'arthrose du genou.
- Programmes d'exercice et d'éducation existants pour les personnes souffrant d'arthrose du genou, établis dans le monde entier.