



# Info patient: Prothèse de l'épaule

Centre hospitalier Jan Yperman • Briekestraat 12 • 8900 Ieper •  
[www.yperman.net](http://www.yperman.net) • 057 35 35 35  
[info@yperman.net](mailto:info@yperman.net) •     

## QU'EST-CE QUE L'ARTHROSE DE L'ÉPAULE ?

L'arthrose de l'épaule est une cause fréquente de douleur de l'épaule. Le cartilage de la sphère et/ou de la cavité de l'articulation de l'épaule peut s'user ou être endommagé. En cas de diagnostic effectué à un stade précoce, on peut encore procéder à une arthroscopie, mais en cas d'usure avancée, une prothèse de l'épaule doit être placée.

## CAUSES DE L'ARTHROSE DE L'ÉPAULE

Chez la plupart des patients, l'arthrose de l'épaule n'est que la conséquence de l'usure naturelle de l'articulation. Il s'agit souvent d'une conséquence de ruptures présentes de longue date de la capsule de l'épaule ou des tendons de l'épaule (rupture des tendons de la coiffe des rotateurs).

Après des luxations répétées ou en cas d'instabilité de l'épaule, l'arthrose peut se former au fil du temps. D'autres causes sont les affections rhumatismales (rhumatisme de l'articulation, goutte, etc.) et la nécrose avasculaire (trouble du flux sanguin vers la tête de la hanche). L'articulation de l'épaule peut aussi être endommagée après un traumatisme, comme une fracture ou une luxation de l'épaule.

## COMMENT RECONNAÎT-ON UNE ARTHROSE DE L'ÉPAULE ?

L'arthrose de l'épaule peut provoquer des douleurs et une raideur. La douleur peut être ressentie autour de l'articulation de l'épaule, mais surtout au niveau du bras. Chez les sujets jeunes, cela se produit initialement après avoir porté des objets lourds ou après une activité sportive. La douleur survient aussi lors d'activités situées au-dessus de la hauteur des épaules. La douleur se fait souvent sentir pendant la nuit, mais pas uniquement.

La raideur apparaît progressivement et il devient au final difficile de s'habiller et de se déshabiller ou d'effectuer la plupart des activités quotidiennes. À des stades plus avancés, il devient impossible de mettre la main sur le dos ou sur la tête, et la douleur est continue.

## COMMENT POSE-T-ON LE DIAGNOSTIC D'ARTHROSE DE L'ÉPAULE ?

Lors d'un examen réalisé par votre médecin, la douleur est réveillée par la rotation et le pli de l'articulation de l'épaule.

Une radiographie de l'épaule décèle la présence d'arthrose: l'interligne articulaire est rétréci et on constate parfois la présence d'ostéophytes (« becs de perroquets »). Il s'agit dans ce cas d'une protubérance osseuse qui explique la raideur. On observe souvent aussi des kystes dans l'os autour de l'articulation: il s'agit de kystes muqueux remplis de liquide inflammatoire.

Un scanner MRI est nécessaire pour le diagnostic de l'arthrose précoce ou de la nécrose avasculaire.

## L'ARTHROSE DE L'ÉPAULE PEUT-ELLE ÊTRE TRAITÉE AVEC DES MÉDICAMENTS OU PAR KINÉSITHÉRAPIE ?

La médication peut endiguer la douleur et l'inflammation au niveau de l'articulation de l'épaule, mais ne restaure pas le cartilage lésé.

La kinésithérapie peut contribuer à entretenir la mobilité de l'articulation de l'épaule. La douleur peut aussi s'atténuer. Les muscles entourant l'articulation peuvent être mieux entraînés, ce qui est nécessaire aussi bien avant qu'après une opération éventuelle.

Lorsque les douleurs s'accroissent, un traitement chirurgical définitif est plus recommandé.

Vous trouverez de plus amples informations sur la prothèse de l'épaule sur notre site Web: [www.orthopedie-yperman.be](http://www.orthopedie-yperman.be)

## LE TRAITEMENT DE L'ARTHROSE DE L'ÉPAULE

Si le cartilage de l'articulation de l'épaule est totalement détruit, il faut placer une prothèse de l'épaule. Il existe deux types de prothèses de l'épaule pour remplacer un cartilage: la prothèse d'épaule anatomique et la prothèse inversée. Votre chirurgien orthopédiste traitant décidera avec vous laquelle des deux interventions est la plus adaptée à votre cas.

### PROTHÈSE D'ÉPAULE ANATOMIQUE

Chez les sujets présentant des tendons d'épaule fonctionnels et intacts, on place une prothèse d'épaule anatomique. Dans ce procédé, une couche de cartilage de la cavité est remplacée par une sorte de plastique et la tête de l'épaule est remplacée par une demi-sphère métallique ancrée dans le canal de la moelle de l'humérus (os du bras).

### PROTHÈSE INVERSÉE

Dans le cas d'une prothèse inversée (également nommée épaule inversée), le cartilage lésé est également remplacé, mais on intervertit la cavité et la sphère. La cavité est donc fixée à l'avant-bras, et la demi-sphère est fixée sur la cavité de l'épaule (sur l'omoplate). Grâce à cette modification, le bras peut être soulevé activement malgré l'absence de tendons de la coiffe des rotateurs actifs.

## LA REVALIDATION

La revalidation après le placement d'une prothèse de l'épaule peut durer de quelques semaines à plusieurs mois, en fonction de l'état de santé et du processus de guérison. La revalidation est un processus actif qui commence dès avant l'opération. Un schéma d'exercices est établi avec vous pour que le processus de guérison se déroule le plus rapidement possible, et vous permettre de retrouver la mobilité aussi vite que possible.

## PUIS-JE MENER UNE VIE ACTIVE AVEC UNE PROTHÈSE DE L'ÉPAULE ?

En principe, la prothèse de l'épaule permet d'effectuer n'importe quelle activité. Porter des objets lourds au-dessus de la hauteur des épaules est néanmoins déconseillé. De nombreux sports sont permis (p. ex. tennis, golf, natation, etc.), mais les sports de contact sont interdits. Vous pouvez obtenir des informations exactes sur votre état auprès de votre chirurgien traitant.

En cas de problème: contactez votre médecin généraliste ou le service d'orthopédie au **057 35 73 70**.

Dr. J. Somers  
Dr. D. Van Der Linden  
Dr. F. Hardeman

***Centre locomoteur***

