

Test

Suis-je atteint d'arthrose ?

Concernant les questions accompagnées d'une *, plusieurs réponses sont possibles. Il suffira de comptabiliser les points. Les autres questions n'exigent qu'une seule réponse.

- | | |
|---|--|
| 1. Avez-vous des douleurs articulaires ? | jamais0 rarement.....1 souvent.....2 seulement pendant l'effort3 au repos5 |
| 2. * Ressentez-vous des douleurs en : | marchant2 montant les escaliers1 vous accroupissant1 en montant ou en descendant de la voiture1 également pendant la nuit2 |
| 3. Ressentez-vous des douleurs dans une articulation après être resté assis ou couché longtemps ? | un petit moment1 pendant une période prolongée2 pendant plus d'une heure3 |
| 4. Avez-vous une sensation de gonflement dans une articulation ? | oui3 non0 |
| 5. Avez-vous un gonflement visible du contour de l'articulation ? | oui3 non0 |

- | | |
|--|--|
| 6. Avez-vous une sensation de raideur dans l'articulation ? | rarement1 souvent.....2 plus d'une heure par jour en continu.....3 |
| 7. Entendez-vous un craquement, un froissement ou un frottement en bougeant une articulation ? | rarement1 occasionnellement2 toujours3 |
| 8. Votre articulation chauffe-t-elle quelquefois ? | oui2 non0 |
| 9. Quel âge avez-vous ? | plus de 35 ans.....1 plus de 50 ans.....2 |

Résultats :

0 à 1 point :

Vos articulations sont encore en bon état.

2 à 5 points :

Même si vous ne souffrez visiblement pas encore d'arthrose, vous manifestez certains signes de limitation de la fonction articulaire. Les mesures de prévention (cf. p. 56) vous sont vivement recommandées.

6 à 10 points :

Vous souffrez très probablement d'arthrose au niveau de l'articulation concernée. Un contrôle médical et l'introduction de mesures thérapeutiques pour lutter contre une éventuelle aggravation s'imposent.

Plus de 10 points :

Vous souffrez d'un sérieux problème articulaire. Il vous faudrait suivre rapidement un traitement adapté.