

❸ Comprendre et traiter le rhumatisme psoriasique - Fiche conseil

Le rhumatisme psoriasique est une maladie inflammatoire chronique qui affecte la peau et les articulations.

Sans traitement approprié, cette maladie peut conduire à des déformations articulaires permanentes. Cependant, des traitements sont disponibles pour atténuer l'inflammation et prévenir de telles conséquences, à condition d'être administrés précocement.

Il est vivement recommandé d'associer à ces traitements une activité physique régulière adaptée à vos douleurs et une alimentation équilibrée. Vous trouverez des recommandations en scannant les QR codes fournis.

La gestion de votre santé sera effectuée en collaboration entre votre rhumatologue et votre médecin traitant, avec le soutien possible d'autres spécialistes de la santé selon vos besoins (kinésithérapeute, ergothérapeute, médecin rééducateur, psychologue...).

Sachez que certains médicaments contre le rhumatisme psoriasique peuvent affaiblir le système immunitaire. Bien que cela aide à contrôler la maladie, cela peut aussi augmenter le risque d'infections. **Consultez immédiatement en cas de fièvre ou de signes d'infection.**

Pour minimiser les risques d'infections graves, il est également indispensable **d'être à jour avec vos vaccinations**, y compris celles contre le pneumocoque, la diphtérie, le tétanos et la poliomyélite. **Les vaccinations contre la grippe et le COVID-19 doivent être effectuées tous les ans.** Votre médecin traitant pourra vous conseiller sur les vaccins à mettre à jour.

Le risque de problèmes cardiovasculaires est également plus élevé chez les personnes atteintes de rhumatisme psoriasique. Il est donc essentiel de surveiller et de traiter tout autre facteur de risque cardiovasculaire (diabète, cholestérol, hypertension artérielle, surpoids). **Si vous fumez, il est fortement conseillé d'arrêter**, en plus d'augmenter votre risque de présenter des maladies cardiovasculaires, le tabac peut aggraver votre maladie et diminuer l'efficacité de vos traitements.

Pour plus d'informations sur le rhumatisme psoriasique, ses traitements et vos droits, n'hésitez pas à discuter avec votre équipe de soins, à scanner le QR code "La spondylarthrite - 100 questions pour mieux gérer votre maladie (APHP)", ou à contacter des associations de patients via les **QR codes fournis page suivante**.



La spondyloarthrite en 100 questions

APHP

Site internet



L'application Hiboot+

SFR

Application



Association de patients

APPRIC

Site internet



Association de patients

France psoriasis

Site internet



Association de patients

AFLAR

Site internet



Rhumatismes inflammatoires : informations

AFRric

Vidéo



Alimentation : manger mieux

Santé Publique France

Site internet



Bouger plus

Santé Publique France

Site internet