

GLA:D[®] Suisse Arthrose

Rapport annuel 2019





Éditorial

Vous avez devant vous le premier rapport annuel de GLA:D® Suisse. Nous vous remercions de l'intérêt que vous portez à notre communauté d'intérêt.

Près de la moitié des plus de 60 ans sont atteints d'arthrose du genou ou de la hanche. Toutes les directives internationales sont unanimes : le premier traitement recommandé est une formation spécifique des patients, associée à des exercices thérapeutiques et – le cas échéant – à une perte de poids. Cette approche peut éventuellement être complétée par un traitement médicamenteux, des interventions thérapeutiques passives et des dispositifs médicaux destinés à aider les patients. La chirurgie est considérée comme la dernière option pour traiter l'arthrose. On ne doit y avoir recours que lorsque toutes les autres options thérapeutiques ont fait preuve d'une efficacité insuffisante.

GLA:D® est un concept de formation et d'exercices. C'est un programme structuré, compact et attractif qui comporte les exercices et la formation que les recommandations de bonne pratique préconisent aux patients en tant que traitement de première intention.

Le programme GLA:D® vient du Danemark, où il a été lancé en 2013. Comme il a rencontré un grand succès dans ce pays, il a ensuite été introduit en Australie, au Canada et en Chine. Il est désormais aussi proposé en Suisse depuis mai 2019.

Le rapport annuel 2019 revient sur les débuts de GLA:D® Arthrose en Suisse. Il présente les premiers résultats tirés de notre base de données, dans laquelle sont enregistrées les données des questionnaires remplis par les patient-e-s ainsi que les données objectives fournies par les physiothérapeutes jusqu'au 31 décembre 2019. Ces statistiques sont uniquement descriptives et doivent être interprétées avec précaution.

En 2020, notre objectif sera de renforcer l'ancrage de GLA:D® Arthrose en Suisse grâce à des mesures marketing spécifiques, mais aussi de développer la base de données et d'optimiser l'offre afin de garantir la pérennité des effets du programme une fois qu'il a été effectué.

Les fonds que nous a accordés la fondation Promotion Santé Suisse dans le cadre de l'appel à projets «Prévention dans le domaine des soins» nous aideront aussi dans cette tâche.

Nous vous souhaitons une agréable lecture de notre rapport annuel 2019!

Au nom de la communauté d'intérêt GLA:D® Suisse:

Pre Karin Niedermann
Head of Research

Pre Omega E. Huber
Project Manager

Table des matières

Qu'est-ce que GLA:D®?	5
Formation pour les physiothérapeutes	5
Programme GLA:D®	5
Collecte systématique de données	5
Ici, nous proposons GLA:D®	6
Les participants	7
Nombre et répartition des patient-e-s en Suisse	7
Âge, sexe et indice de masse corporelle	7
Genou et hanche	7
Caractéristiques des patient-e-s avant le début du programme	7
Les résultats	8
Résultats clés	8
Résultats au terme du programme	9
Rapport au médecin prescripteur	10
Au sujet de GLA:D®	11
Communauté d'intérêt GLA:D® Suisse	11
GLA:D® International	11
Soutien financier de tiers	11

Qu'est-ce que GLA:D® ?

GLA:D® «Good Life with osteoArthritis in Denmark» ou, en Français, «Bien vivre avec de l'arthrose au Danemark», est une initiative à but non lucratif de l'université du Danemark du Sud. GLA:D® a été introduit en 2013 au Danemark dans l'objectif de mettre concrètement en œuvre les meilleures pratiques définies dans les recommandations internationales pour le traitement de l'arthrose du genou et de la hanche. GLA:D® contribue à améliorer le traitement de l'arthrose du genou et de la hanche par des exercices et une formation tels que les recommandations de bonne pratique internationales le préconisent.

Ce programme, dont la qualité est contrôlée (d'où le «®» dans son nom), comprend trois parties:

Formation pour les physiothérapeutes

Au cours de deux journées de formation, les physiothérapeutes candidats à la certification acquièrent les bases et reçoivent les documents nécessaires afin de pouvoir mettre en œuvre le programme GLA:D® dans leur cabinet.

Le cours aborde les points suivants:

- données probantes actuelles concernant l'arthrose et son traitement;
- introduction à la structure et au déroulement du programme GLA:D®;
- instructions relatives à la base de données et à la collecte de données;
- informations sur les outils numériques disponibles pour la mise en œuvre du programme dans la partie du site Internet soumise à identification.

Tous les professionnels qui effectuent avec succès cette formation (présence et réussite du test avec questions à choix multiple) reçoivent un certificat (valable trois ans) et apparaissent sur le site Internet de GLA:D® Suisse.

Programme GLA:D®

Le programme GLA:D® Suisse est un programme standardisé de conseil, de formation et d'exercices, basé sur des données probantes et éprouvé dans la pratique. Il comprend un bilan initial uniformisé et offre des possibilités de dosage et de progression individuelles.

3

Séances individuelles pour le bilan initial, des tests et une introduction pratique au programme d'exercices

2

Séances de conseil et d'éducation thérapeutique en groupe

12

Séances d'exercices neuromusculaires en groupe

1

Séance individuelle de bilan final avec bref rapport au médecin prescripteur

À l'issue du programme, les patient-e-s disposent de compétences suffisantes pour gérer leurs problèmes de hanche ou de genou de manière autonome. Les résultats à 12 mois d'un suivi à long terme effectué au Danemark en attestent. Une amélioration significative de la douleur, de la capacité de marche et de la qualité de vie a été constatée à 3 et 12 mois. Aucune baisse des résultats n'a par ailleurs été enregistrée après 12 mois, contrairement à ce que l'on observe avec d'autres méthodes de traitement.

Collecte systématique de données

En plus des bilans initial et final, les patient-e-s doivent remplir un questionnaire au bout de 8 à 12 semaines et à l'issue d'une période de 12 mois. De plus, toutes les données recueillies sont transmises à la base de données GLA:D® Suisse sous une forme anonymisée ; un rapport est établi une fois par an. Cette collecte de données a été approuvée par les commissions d'éthique compétentes dans toute la Suisse.

Ici, nous proposons GLA:D®

La première formation organisée en Suisse a eu lieu en avril 2019. Dispensée par l'équipe GLA:D® Danemark, elle a permis de former douze formateurs habilités à assurer ces cours, ainsi que douze premiers physiothérapeutes qui proposent désormais le programme GLA:D® dans leur cabinet. La formation et, par conséquent, le programme GLA:D® ont été proposés en mai 2019 en Suisse alémanique et en automne 2019 en Suisse romande et italienne.

127 physiothérapeutes ont été formés en 2019.

Le programme GLA:D® est disponible auprès de 94 institutions ou cabinets répartis dans 19 cantons.

Canton	Lieux	Nombre de PT
AG	7	11
AI	2	2
AR	1	1
BE	4	5
BL	3	3
BS	3	5
FR	1	1
GE	4	7
GL	3	3
GR	2	2
NW	1	2
SG	5	8
SH	1	2
SO	5	6
TG	4	7
TI	21	31
VD	7	8
VS	8	9
ZH	13	20

Les participants

Nombre et répartition des patient-e-s en Suisse

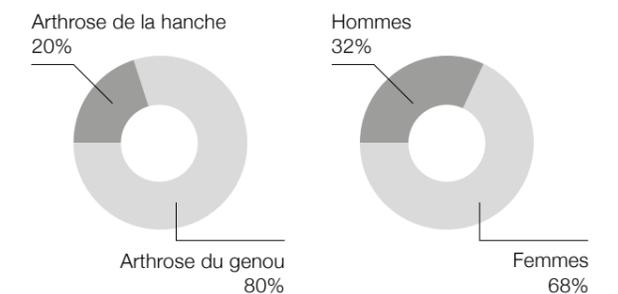
Fin décembre 2019, 337 patient-e-s avaient participé au programme. Parmi eux, 91% étaient originaires de Suisse alémanique, 2% de Suisse romande et 7% de Suisse italienne. Le programme n'a été proposé en Suisse romande et en Suisse italienne qu'à partir de l'automne 2019. En raison du faible nombre de patient-e-s dans chaque groupe linguistique, le présent rapport ne dissocie pas les résultats pour chaque langue nationale.

Âge, sexe et indice de masse corporelle

68% des 337 patients étaient des femmes (81% atteint-e-s de problèmes de genou, 19% de problèmes de hanche) et 32% étaient des hommes (79% atteint-e-s de problèmes de genou, 21% de problèmes de hanche). Les patient-e-s atteint-e-s au genou présentaient un indice de masse corporelle (IMC) moyen de 27, ceux/celles atteint-e-s à la hanche un IMC moyen de 25,9.

Genou et hanche

- 80% des patient-e-s (270) ont participé au programme en raison de problèmes de genou et 20% (67) en raison de problèmes de hanche.
- L'articulation la plus touchée n'avait pas été opérée chez 51% des patient-e-s (172).
- Aucune opération n'était programmée chez 97% des patient-e-s (327).
- 84% des patient-e-s (283) avaient récemment passé un examen radiographique et une arthrose avait été diagnostiquée chez 81% d'entre eux/elles.



Caractéristiques des patient-e-s avant le début du programme

	Total des patient-e-s (n=337)	Arthrose du genou (n=270)	Arthrose de la hanche (n=67)
Âge (moy. [ét.])	65.3 (37-88) ans	65.2 (41-88) ans	65.4 (37-85) ans
Sexe (%)			
Femmes	228, 67.7%	184, 68.1%	44, 65.7%
Hommes	109, 32.3%	86, 31.9%	23, 34.3%
IMC (moy. / ét.)	-	27.3 (17.6-44.6)	25.9 (18.7-34.3)
Activité professionnelle n (%)			
Non	186 (59%)	150 (60%)	36 (55%)
Oui	129 (41%)	101 (40%)	28 (45%)
Conditions de vie n (%)			
Vit seul-e	91 (28%)	77 (30%)	14 (22%)
Vit avec d'autres personnes	234 (72%)	184 (70%)	50 (78%)
Niveau de formation n (%)			
≤ École obligatoire	34 (10%)	31 (12%)	3 (5%)
Apprentissage ou école professionnelle à plein temps	132 (41%)	106 (40%)	26 (41%)
≥ Gymnase	160 (49%)	125 (48%)	35 (55%)

n = nombre; moy. = moyenne; ét. = étendue; IMC = indice de masse corporelle

Les résultats

Les résultats correspondent à l'évolution entre les données recueillies avant le début du programme et celles enregistrées à l'issue de celui-ci, soit environ 8 à 12 semaines après son début. Le 31 décembre 2019, nous disposons des données de 167 patient-e-s qui avaient terminé le programme, dont 133 étaient atteint-e-s d'arthrose du genou (80%) et 34 d'arthrose de la hanche (20%).

Résultats clés

- Douleurs réduites de 35% en cas d'arthrose du genou et de 22% en cas d'arthrose de la hanche selon une échelle d'évaluation numérique
- Amélioration fonctionnelle de 25% en cas d'arthrose du genou et de 13% en cas d'arthrose de la hanche selon une auto-évaluation (score total KOOS/HOOS)
- Amélioration fonctionnelle de 23% en cas d'arthrose du genou et de 18% en cas d'arthrose de la hanche selon le test de lever de chaise
- Capacité de marche améliorée de 13% en cas d'arthrose du genou et de 11% en cas d'arthrose de la hanche lors du test de marche rapide sur 40 mètres

Résultats au terme du programme

	Arthrose du genou (n=133)			Arthrose de la hanche (n=34)		
	Au début Moy.	Après le prog.* Moy.	Variation (%)	Avant le prog. Moy.	Après le prog.* Moy.	Variation (%)
Douleur						
EEN (moy.)	5.10	3.29	-35%	4.58	3.55	-22%
KOOS/HOOS						
Score total	25.19	31.55	+25%	27.41	31.10	+13%
Sous-échelles	Douleur	8.03	+27%	9.00	10.23	+14%
	ADL	10.19	+19%	10.39	11.81	+14%
	QOL	6.98	+32%	8.02	9.06	+13%
Test de lever de chaise						
Nombre en 30 secondes	13.5	16.6	+23%	14.7	17.4	+18%
Test de marche rapide sur 40 mètres						
Durée en secondes	26.4	23.4	+13%	25.8	23.0	+11%

* 8 à 12 semaines après le début du programme
n = nombre; moy. = moyenne; IMC = indice de masse corporelle

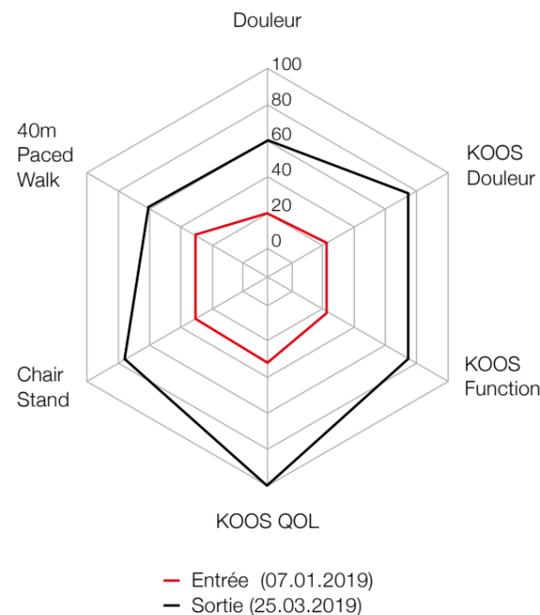
EEN = échelle d'évaluation numérique (de 0 à 10, 0 = aucune douleur, 10 = douleurs très fortes)
Questionnaire KOOS/HOOS = Knee/Hip Injury and Osteoarthritis Outcome Score
Avec une échelle de 0 à 48 (0 correspond à une limitation fonctionnelle totale et 48 à la meilleure fonction possible); toutes les sous-échelles vont de 0 (minimum) à 16 (maximum).
ADL = Activities of Daily Living (activités de la vie quotidienne)

Résumé

Au vu des évaluations réalisées au cours des trois premiers mois, on peut dire que les douleurs et les capacités fonctionnelles (selon une auto-évaluation et des tests) se sont nettement améliorées chez les patient-e-s atteint-e-s d'arthrose du genou comme chez ceux/elles atteint-e-s d'arthrose de la hanche. Ces résultats sont semblables à ceux obtenus au Danemark chez déjà près de 50'000 participant-e-s.

Rapport au médecin prescripteur

À la fin du traitement, un rapport peut être établi. Il présente les résultats obtenus de manière objective ou subjective.



Exemple fictif/explications:

KOOS = Knee Injury and Osteoarthritis Outcome Score avec sous-scores Pain (douleur), Physical Function (fonction physique) et QOL (qualité de vie); douleur (EEN); Chair Stand = test de lever de chaise pendant 30 secondes; 40m Paced Walk = test de marche rapide sur 40 mètres.

Pour que les divers instruments de mesure, dont les échelles sont différentes, puissent être représentés dans un graphique en radar, un minimum et un maximum sont définis pour tous les scores. Les valeurs effectives sont ensuite converties sur une échelle de 0 à 100. Si nécessaire, les scores sont inversés de sorte qu'un agrandissement corresponde toujours à une amélioration.

Au sujet de GLA:D®

Communauté d'intérêt GLA:D® Suisse

La communauté d'intérêt, qui a été créée le 14 novembre 2018, rassemble les organisations suivantes:

Haute école zurichoise de sciences appliquées (ZHAW), Institut de physiothérapie:

- Pre Omega E. Huber, Project Manager
- Pre Karin Niedermann, Head of Research
- Teresa Bossard, Project Assistant
- André Meichtry, Project Statistician

Haute école de santé du Valais (HES-SO Valais-Wallis):

- Pre Lara Allet, Privat-docent, responsable Suisse romande
- Roger Hilfiker, Responsable Suisse romande

Scuola Universitaria Professionale della Svizzera Italiana (SUPSI):

Luca Scascighini, Responsable Suisse italienne

Association Suisse de Physiothérapie Manipulative Orthopédique (Svomp):

- Felicitas Frank, Présidente
- Rick Peters, Vice-président

Association Suisse de Physiothérapie du Sport (ASPS, Sportfisio):

Pre Lara Allet, Privat-docent, membre du comité

Ligue suisse contre le rhumatisme:

Martina Roffler, Responsable Service & prestations

GLA:D® International

Le programme GLA:D® vient du Danemark, où il a été lancé en 2013. Comme il a rencontré un grand succès dans ce pays, il a été introduit au Canada en 2015, en Australie en 2016, en Chine en 2017 et en mai 2019 en Suisse. Un GLA:D® International Network (GIN) Meeting est organisé deux fois par an sous la houlette du Danemark. Cette réunion a lieu une fois physiquement, une autre fois sous forme de réunion virtuelle. Lors de la réunion organisée en 2019, trois sous-groupes ont été créés pour travailler sur le contenu du programme, les variables principales et la télémédecine. Vous pouvez trouver de plus amples informations sur le site Internet du GIN: www.gladinternational.org.

Soutien financier de tiers

Promotion Santé Suisse nous a garanti un important soutien financier pour la période 2020–2023 en acceptant notre demande de projet dans le cadre du soutien de projets «Prévention dans le domaine des soins». Les fonds accordés seront principalement employés à développer la base de données et le site Internet ainsi qu'à améliorer l'ancrage et la pérennité du programme GLA:D® Suisse.

Nous remercions chaleureusement Promotion Santé Suisse pour son soutien et sa confiance.

Avec le soutien du programme de soutien de projets «Prévention dans le domaine des soins».



GLA:D[®] Schweiz, Suisse, Svizzera
c/o ZHAW, Institut für Physiotherapie
Technikumstrasse 71, 8401 Winterthur
a partir du 3.8.2020:
Katharina-Sulzer-Platz 9
www.gladsuisse.ch
gladsuisse@hevs.ch

Remerciements

Nous remercions chaleureusement
la Société Suisse de Médecine Interne
Générale, la Société Suisse de
Rhumatologie et Swiss Orthopaedics
pour leur soutien.

 **SGAIM SSMIG SSGIM**
Schweizerische Gesellschaft für Allgemeine Innere Medizin
Société Suisse de Médecine Interne Générale
Società Svizzera di Medicina Interna Generale
Swiss Society of General Internal Medicine

 **swiss
orthopaedics**

Schweizerische
Gesellschaft für
Rheumatologie 