

Santé / Prévention / Information / Digital

## Refonte du site Arthrose du Pouce :

*une plateforme enrichie pour mieux informer et accompagner les personnes concernées*

Le site d'information [www.arthrose-pouce.com](http://www.arthrose-pouce.com) fait peau neuve ! Entièrement repensée, cette nouvelle version poursuit la mission engagée depuis plusieurs années : **informer, sensibiliser et accompagner le grand public face à la rhizarthrose, une arthrose localisée à la base du pouce, qui touche près de 2 millions de Français, principalement des femmes de plus de 50 ans. Cette refonte marque une nouvelle étape pour ce site de référence, qui devient encore plus complet, accessible et tourné vers les besoins des patients.**

### De l'information neutre et accessible à tous

Depuis sa création, [arthrose-pouce.com](http://arthrose-pouce.com) s'attache à fournir une **information fiable, claire et sans visée commerciale** sur une pathologie souvent méconnue.

Le nouveau site renforce cette démarche avec plus de **50 pages thématiques**, structurées autour de trois grands axes :

- **Comprendre** : les symptômes, les causes et l'évolution de la rhizarthrose.
- **Se soigner** : les solutions selon le stade de la maladie - d'abord celles qui soulagent la douleur (attelles, kinésithérapie, infiltrations...), puis, lorsque ces traitements ne suffisent plus, les solutions à plus long terme tel que la chirurgie.
- **Vivre avec** : des conseils pratiques pour adapter son quotidien (travail, sport, alimentation...).

Des rubriques spécifiques abordent également des sujets ciblés, comme le lien entre **ménopause et arthrose du pouce**, ou les **approches complémentaires** telles que l'hypnose, le massage ou la nutrition.

### Témoignages et expertise médicale au cœur du dispositif

Le nouveau site accorde **une place centrale à l'expérience des patients et à la parole des professionnels de santé**. Une page entière est consacrée **aux témoignages de personnes opérées ou suivies pour une rhizarthrose**, offrant un aperçu concret et humain du parcours de soin.

En parallèle, **des interviews exclusives de spécialistes** (rhumatologues, kinésithérapeutes, orthésistes, hypnothérapeutes, médecins généralistes et chirurgiens de la main) apportent un éclairage complémentaire sur les différentes étapes de la prise en charge.

Ces contenus sont enrichis par **des vidéos pédagogiques** qui expliquent de manière claire et accessible les traitements proposés et les étapes de rééducation, permettant ainsi aux patients de mieux comprendre leur maladie et de se sentir accompagnés tout au long de leur parcours.

### Un annuaire enrichi pour mieux s'orienter

Pour faciliter le parcours de soin, **un annuaire de spécialistes de la main a été entièrement repensé**. Cet outil permet à chacun de **trouver facilement un chirurgien près de chez soi**, tout en conservant la neutralité et la transparence qui caractérisent le projet depuis ses débuts.



### Un design modernisé pour une meilleure expérience utilisateur

Pensé pour être **ergonomique et intuitif**, le nouveau site offre une **navigation fluide sur tous les supports** (ordinateur, tablette, mobile) et une **nouvelle identité visuelle** plus claire et pédagogique :

- Structure par rubriques ("Comprendre", "Se soigner", "Vivre avec").
- Illustrations et vidéos intégrées tout au long du parcours.
- Typographie épurée et graphisme aéré pour une lecture facilitée.

**L'objectif : rendre l'information accessible à tous**, quel que soit l'âge ou le niveau de familiarité avec les outils numériques.

### Une dimension désormais européenne

Avec **près de 19 000 visites mensuelles**, **arthrose-pouce.com** s'impose comme la **référence en ligne** sur la rhizarthrose en France. Fort de ce succès, le modèle d'information neutre porté par le site s'exporte désormais en Europe : des versions locales, sous la marque **My Thumb**, ont été développées pour la **Suisse, la Belgique, l'Allemagne et l'Autriche**, et une version britannique est en préparation.

### Arthrose-pouce.com : comprendre, agir et s'orienter

Accessible à tous, la plateforme aide les personnes concernées à **identifier leurs symptômes, à comprendre leurs options thérapeutiques et à trouver les bons interlocuteurs** selon leur situation.

Elle s'adresse aussi bien aux patients nouvellement diagnostiqués qu'à ceux déjà suivis, avec une approche bienveillante, documentée et sans tabou.



### À propos d'Arthrose-pouce.com

Arthrose-pouce.com est une plateforme d'information indépendante, entièrement dédiée à la rhizarthrose. Elle a pour objectif principal d'apporter des solutions concrètes aux patients en présentant toutes les options disponibles (médicales, fonctionnelles ou chirurgicales) tout en valorisant leurs témoignages et en les accompagnant à chaque étape de leur parcours de soins. Il s'agit de la seule ressource en ligne spécifiquement consacrée à l'arthrose du pouce, avec une information fiable, neutre et accessible à chacun.