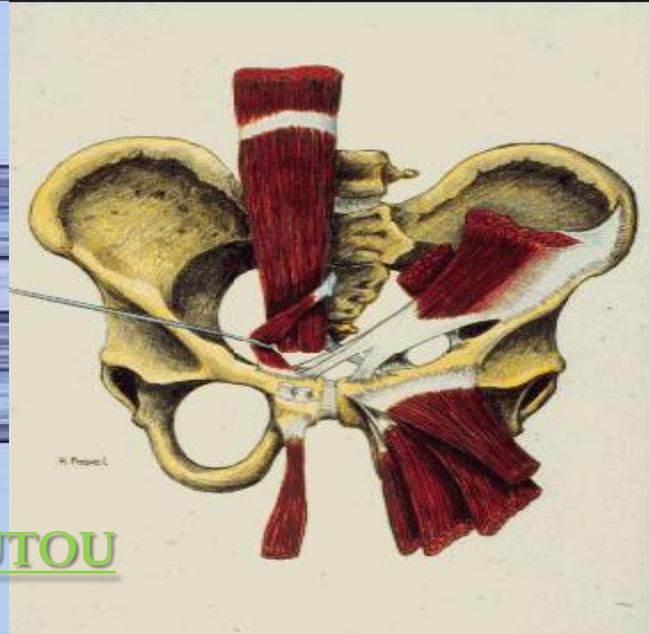
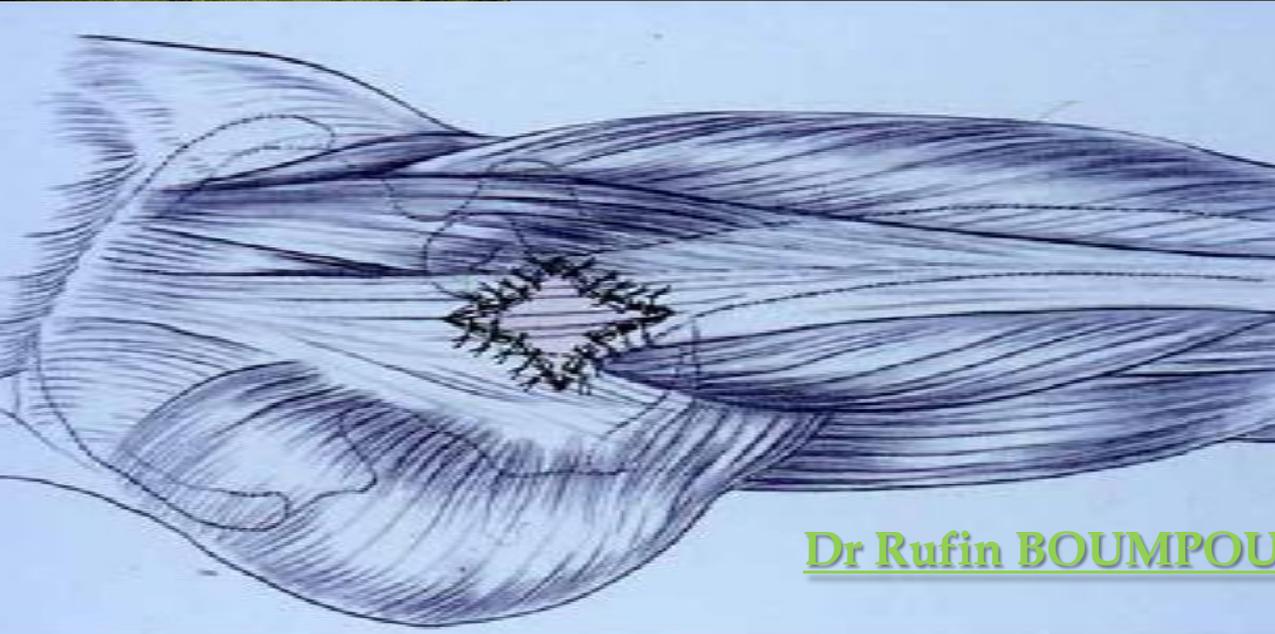


PUBALGIE DU SPORTIF

BASES DU TRAITEMENT MÉDICAL

EPU 06 04 2010



Dr Rufin BOUMPOUTOU

Plan

- ▣ Rappels : anatomie
- ▣ Rappels : définition
- ▣ Le problème !
- ▣ L'objectif du traitement médical
- ▣ Les moyens
- ▣ Quand cela ne suffit pas ou plus !
- ▣ Conclusion

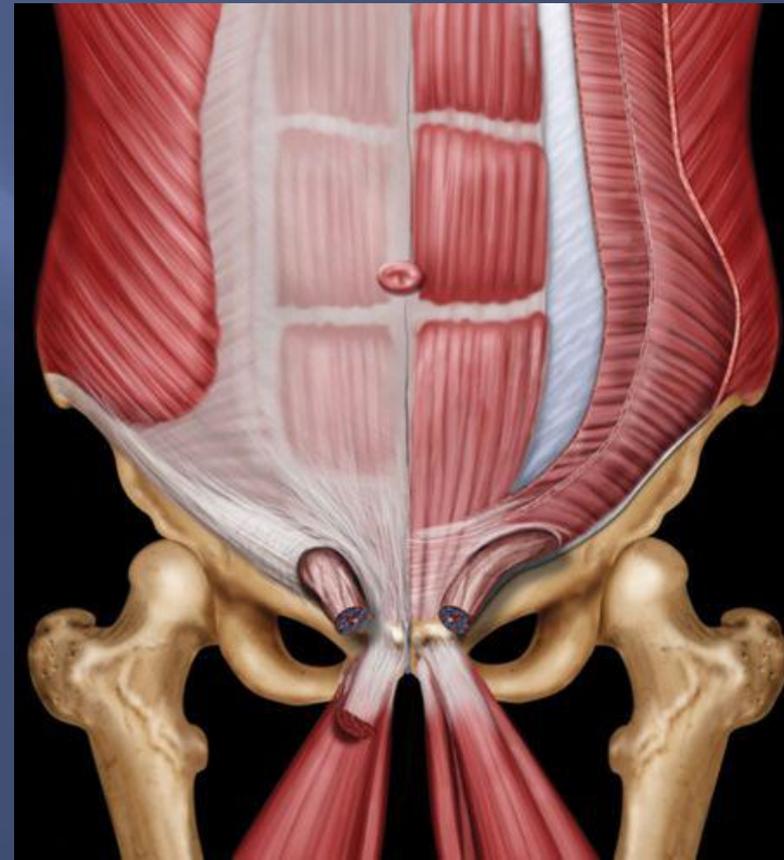
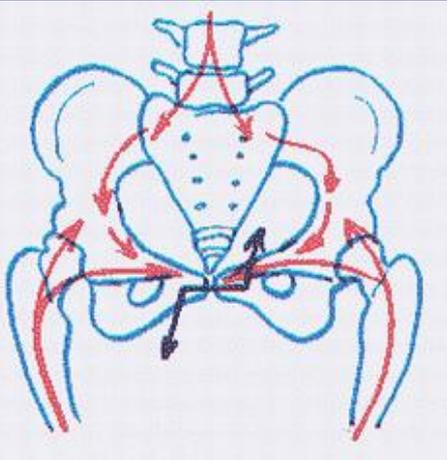
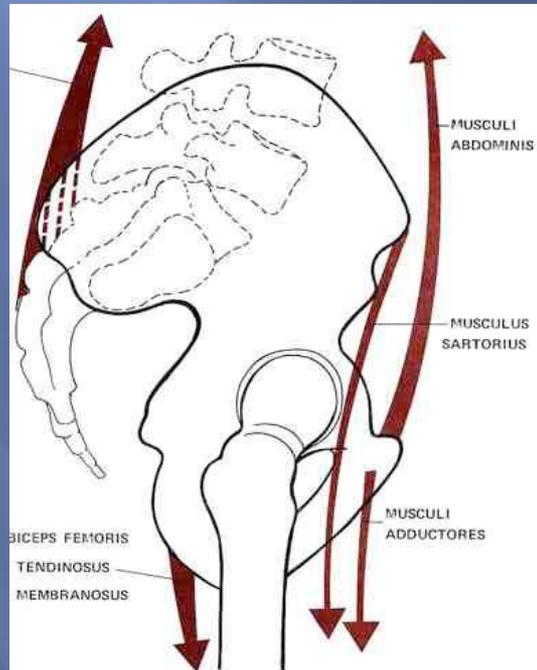
Introduction

- ▣ Pathologie de plus en plus fréquente ou de mieux en mieux diagnostiquée ?
- ▣ 5 à 10% des pathologies liées au sport
- ▣ Le sujet jeune et masculin semble presque le seul touché
- ▣ Football, rugby, athlétisme, tennis, danse, sports de combat, natation...
- ▣ Multifactorielle : matériel, terrain, surentraînement, prédisposition physiologique ...

Rappels anatomiques

Un équilibre souvent fragile

Un carrefour biomécanique



Rappels : définition

- ▣ Une seule et même maladie ou un syndrome

- ▣ Une symptomatologie s'exprimant par un syndrome douloureux fréquemment récurrent du carrefour pubien, lié à l'effort sportif touchant essentiellement la chaîne os-tendon-muscle et regroupant de façon isolée ou combinée quatre formes cliniques
 - l'ostéo-arthropathie pubienne
 - les tendinopathies de l'insertion des grands droits de l'abdomen
 - les tendinopathies du corps et de l'insertion des adducteurs qui peuvent se compliquer d'un syndrome canalaire du nerf obturateur
 - les souffrances du canal inguinal

- ▣ Causes multifactorielles mais très probablement un surmenage mécanique déclenchant

Le problème !

- ▣ Un tableau clinique marqué par une douleur empêchante avec tendance à altérer la performance sportive et à évoluer vers la chronicité, chez un passionné de sport souvent très impatient
- ▣ Prise en charge souvent longue, épuisant parfois les thérapeutes
- ▣ Difficultés de travail en synergie entre les différents thérapeutes
- ▣ Efficacité de la thérapeutique en rapport avec l'adhésion du patient et du kinésithérapeute à une thérapeutique parfois peu convaincante (bien qu'efficace)
- ▣ La chirurgie n'est pas toujours miraculeuse

L'objectif du traitement médical

- ❑ Convaincre le patient et le faire adhérer au programme de prise en charge
- ❑ Traiter la douleur (calmer ou faire disparaître)
- ❑ Restaurer l'équilibre
- ❑ Réentraîner
- ❑ Aider la reprise des activités sportives au niveau antérieur
- ❑ Surveiller
- ❑ Éviter les récurrences ou les aggravations
- ❑ Tout en restant conservateur

Les moyens

- ▣ La protection du risque

- ▣ Le traitement médicamenteux

- ▣ Les examens complémentaires

- ▣ Le traitement fonctionnel :
 - La kinésithérapie
 - L'ostéopathie
 - Les activités physiques contrôlées ...
 - Les autres

Les moyens

- ▣ Le repos
 - Doit être relatif mais peut être total
 - Doit être de durée variable mais ne doit pas être trop long
 - Doit être adapté au niveau de pratique et aux impératifs du sportif (professionnel par exemple)

« Il faut éviter de faire ce qui fait mal ou on peut faire ce qui ne fait pas mal »

Les moyens

- ▣ Les traitement médicamenteux possibles
 - Les antalgiques :
 - ▣ Pallier 1 ou 2 souvent suffisants : à la demande
 - Les anti-inflammatoires (hors infiltration) :
 - ▣ NS ou S (corticoïdes) : idéalement en cure de 7 à 15 jours. AUT !! Cohérence avec la poursuite des APS
 - Les myorelaxants
 - La cryothérapie et les topiques locaux

Quand le traitement médical ne suffit plus !

Diagnostic
différentiel

Revoir le
diagnostic

Il n' y a plus qu'à croiser les doigts !!!

Avis spécialisés

Examens
complémentaires

Conclusion

- ❑ La pubalgie est une **pathologie de physiopathologie complexe, de diagnostic plus facile que la prise en charge**
- ❑ Il est important de **bien informer le patient** sur les éléments anatomiques qui souffrent et de la prise en charge longue qui va en découler
- ❑ Il faut **calmer les douleurs** et le repos est le premier traitement antalgique à mettre en place (bien qu'il soit souvent relatif)
- ❑ Avant de parler de chirurgie, il faut mettre en place une stratégie médicale cohérente et pertinente
- ❑ **La prise en charge médicale est multidisciplinaire** et le kiné présente une part plutôt prépondérante. Il faut, par ailleurs, que tous les professionnels s'accordent pour espérer un résultat positif.

La prescription des séances de kiné doit être systématique et immédiate

Quel sera le contenu de l'ordonnance ?