



La Pubalgie du Sportif Stratégie Thérapeutique

Marc Bouvard

6 avril 2010





La Pubalgie du Sportif

Une pathologie du carrefour

une seule pathologie s'exprimant par un syndrome douloureux fréquemment récurrent du carrefour pubien, lié à l'effort sportif (Durey A.76); touchant essentiellement la chaîne ostendon-muscle (Orchard 2001) et regroupant de façon isolée ou combinée quatre formes cliniques

(Bouvard et coll. JTS 2004)



Stratégie Diagnostique

2EME CONSULTATION A DISTANCE D'UN EFFORT



DOULEURS DE LA VIE COURANTE

Repos complet

AINS, Antalgiques per os et en kinésithérapie



EVALUATION BI-MENSUELLE



Abdomen, Rachis, Hanches
Raideurs et Faiblesses



EVALUATION PRECISE à 3 MOIS



Bonne Evolution



Mauvaise Evolution



Stratégie Thérapeutique

REPOS PARTIEL

REEDUCATION SUR MESURE CLASSIQUE + PAU-TORONTO

EVALUATION MENSUELLE

BONNE EVOLUTION



CONTROLE DES POINTS FAIBLES



REPRISE



EVALUATION ANNUELLE





CENTRE DE BIOLOGIE ET DE MEDECINE DU SPORT DE PAU

Stratégie Diagnostique

MAUVAISE EVOLUTION à 3 MOIS



CLINIQUE+IRM → diagnostic différentiel
séquences T1 Spir + Gado en frontal et horizontal

Si besoin **Bloc Anesthésique**





Stratégie Thérapeutique

REPOS PARTIEL

REEDUCATION SUR MESURE CLASSIQUE + PAU-TORONTO

EVALUATION MENSUELLE

BONNE EVOLUTION

MAUVAISE EVOLUTION à 3 MOIS

CLINIQUE+IRM →diag. Diff.

Formes inguinales+/-Syndrome canalaire

Chirurgie

Reprise progressive à 3 mois

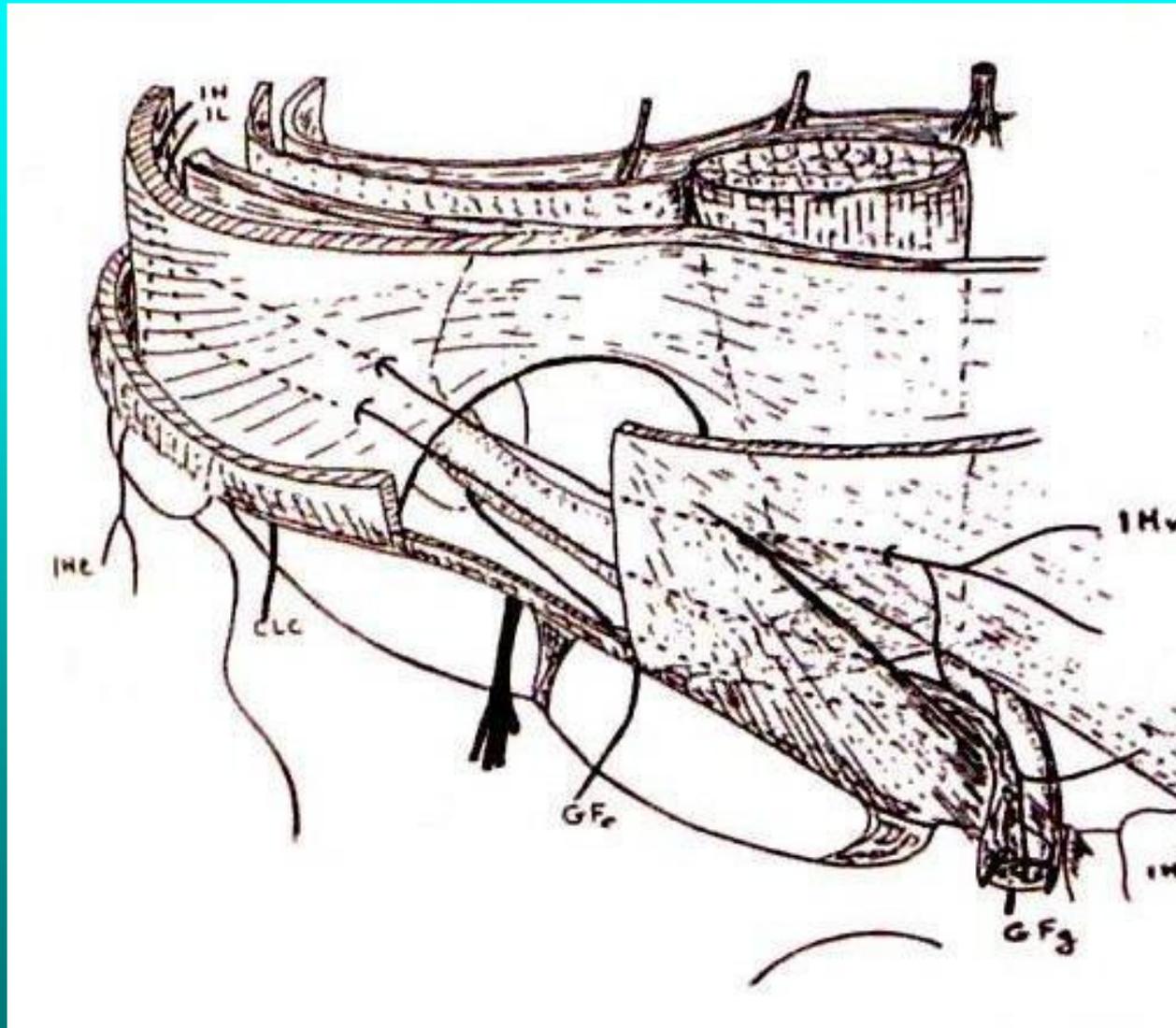
CONTROLE DES POINTS FAIBLES

REPRISE

EVALUATION ANNUELLE



les souffrances du canal inguinal (Nesovic)





Stratégie Thérapeutique

REPOS PARTIEL

REEDUCATION SUR MESURE CLASSIQUE + PAU-TORONTO

EVALUATION MENSUELLE

BONNE EVOLUTION

MAUVAISE EVOLUTION à 3 MOIS

CLINIQUE+IRM →diag. Diff.

Formes inguinales+/-Syndrome canalaire

Chirurgie

Reprise progressive à 3 mois

Forme Symphysaire Infiltration ??

Repos?? -Rééducation à poursuivre

CONTROLE DES POINTS FAIBLES

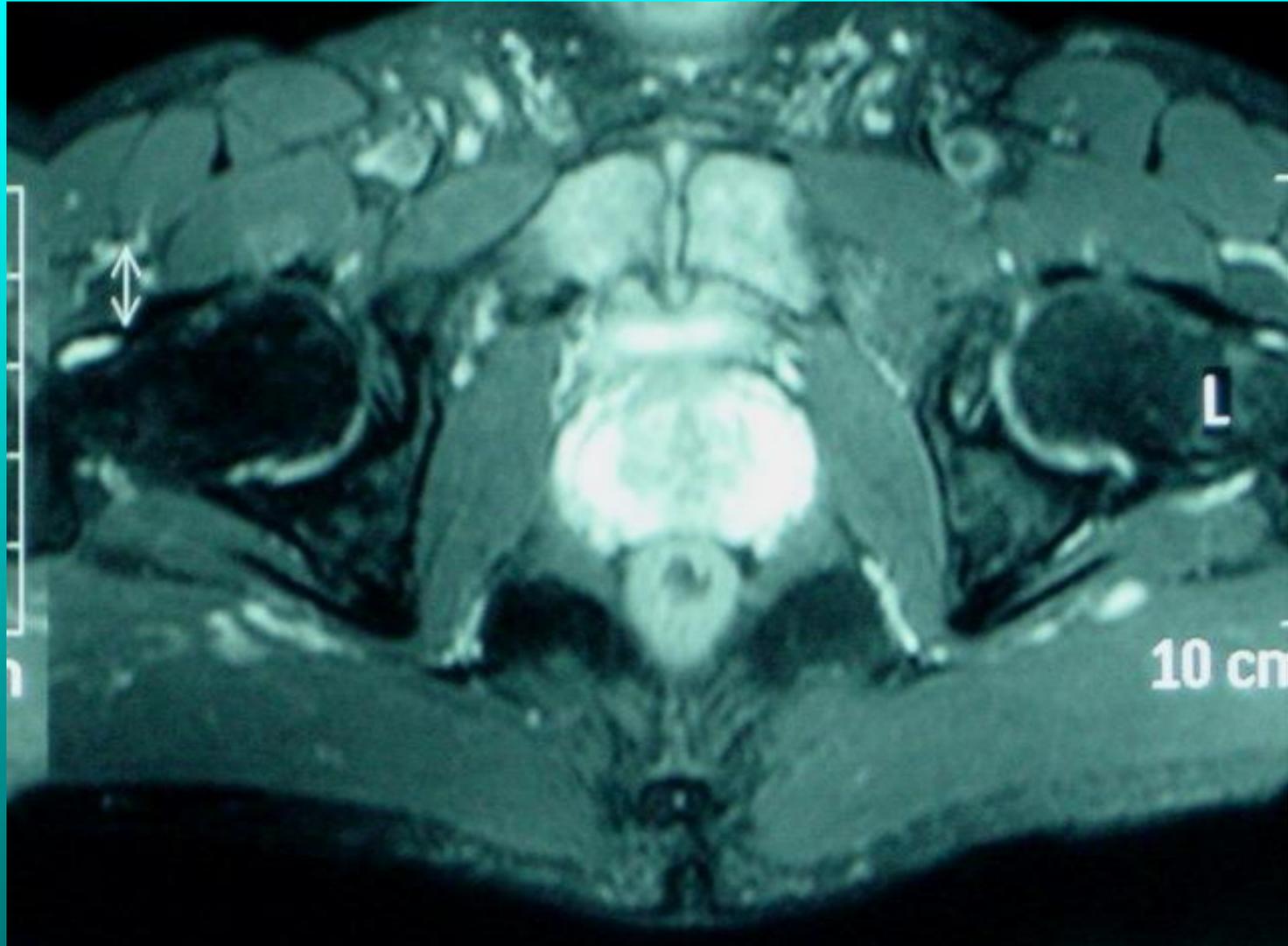
REPRISE

EVALUATION ANNUELLE





Ostéoarthropathie pubienne





Stratégie Thérapeutique

REPOS PARTIEL

REEDUCATION SUR MESURE CLASSIQUE + PAU-TORONTO

EVALUATION MENSUELLE

BONNE EVOLUTION

MAUVAISE EVOLUTION à 3 MOIS



CLINIQUE+IRM →diag. Diff.



Formes inguinales+/-Syndrome canalaire

Chirurgie

Reprise progressive à 3 mois



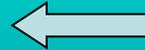
Forme Symphysaire Infiltration ??
Repos?? -Rééducation à poursuivre



Forme Abdos et/ou Adducteurs

+/-Syndrome canalaire

Infiltration puis Chirurgie



CONTROLE DES POINTS FAIBLES



REPRISE



EVALUATION ANNUELLE

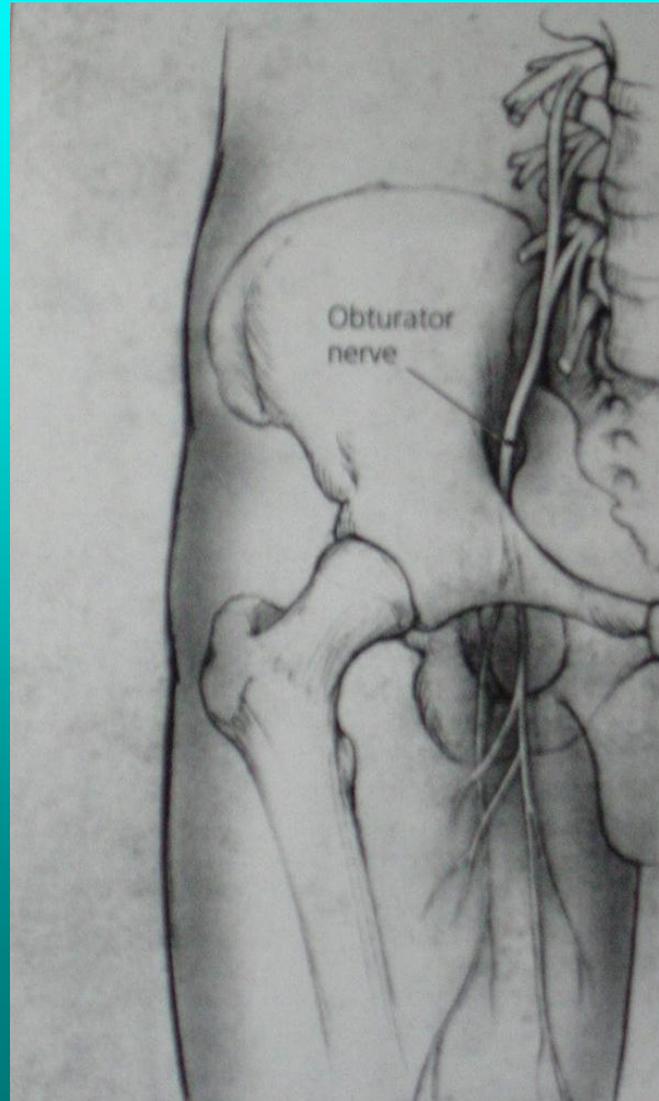


les tendinopathies des Adducteurs





les syndromes canalaires





Peut-on éviter la Chirurgie ?

Hölmich P. and coll., Effectiveness of active physical training as treatment for long-standing adductor-related groin pain in athletes : randomised trial, Lancet, 1999.

68 pubalgies > 2 mois

Étude randomisée prospective, comparaison à 3 mois

De 2 stratégies thérapeutiques

Physiothérapie, Massages Transverses Etirements, Repos	4 retours à la Compétition
Renforcement Musculaire Abdominal mais aussi de la hanche, travail de coordination	23 retours à la Compétition



Peut-on éviter la Chirurgie ?

Ekstrand J. and col. Surgery versus conservative treatment in soccer players with chronic groin pain : a prospective study in soccer players, Eur.J.Sports Traumatol. 2001.

étude prospective randomisée pubalgie canalaire (> 3 mois) 66 footballeurs
comparaison à 6 mois
repos simple,
la rééducation classique,
le réentraînement physique et
la chirurgie (méthode de Bassini).

Seul le traitement chirurgical effectué d'emblée ou après échec des autres traitements diminue significativement les douleurs.



Peut-on éviter la Chirurgie ?

Etude du Couple
Force-Souplesse

Protocole de Pau Toronto





Peut-on Prévenir la Pubalgie du Sportif?

Tyler TF., Nicholas SJ. and coll.,
The association of hip strength and flexibility on
the incidence of groin strains in professional ice
hockey players, Am.J.Sports Med., 2001.

Incidence dans la NHL 44%

Nicholas SJ., Tyler TF. Adductor muscle strains
in sport, Sports Med., 2002.

Evaluation Isocinétique de la hanche
des hockeyeurs professionnels **en pré-saison**
Force des Adducteurs $\leq 18\%$ dans le groupe "pubalgie"
Adducteurs/Abducteurs 95% dans le groupe indemne
78% dans le groupe "pubalgie" basse.





Peut-on Prévenir la Pubalgie du Sportif?

facteurs extrinsèques

surmenage par excès d'activité, Importance de l'étude de la **charge de travail interne** du sportif venant consulter

changements récents quantitatifs (changement de catégories d'âge ou de performance) ou qualitatifs (changement de club, d'entraîneur, de surface

La **surcharge** s'exprimera d'autant plus facilement qu'il existe chez certains joueurs des **facteurs intrinsèques** non identifiés et non traités.



Peut-on Prévenir la Pubalgie du Sportif?

La **surcharge** s'exprimera d'autant plus facilement qu'il existe chez certains joueurs des **facteurs intrinsèques** non identifiés et non traités.

Equilibre force des adducteurs/force des obliques abdominaux.

Equilibre force des adducteurs/force des abducteurs.

L'incidence pelvienne

facteurs neuro-physiologiques

