

CHEVILLE

L'instabilité aigüe: comment traiter un premier épisode d'entorse de cheville

Dr SABBAH



CLINIQUE
PARIS LILAS



1- Epidémiologie

- Traumatisme le plus fréquent en France: 6 000 lésions par jour
- 70 % de la population générale, 25 % de l'ensemble des traumatismes chez le sportif
- Les sports les plus touchés basket-ball, le volley-ball, et le football
- Coût journalier 1,2 million d'euros



CLINIQUE
PARIS LILAS



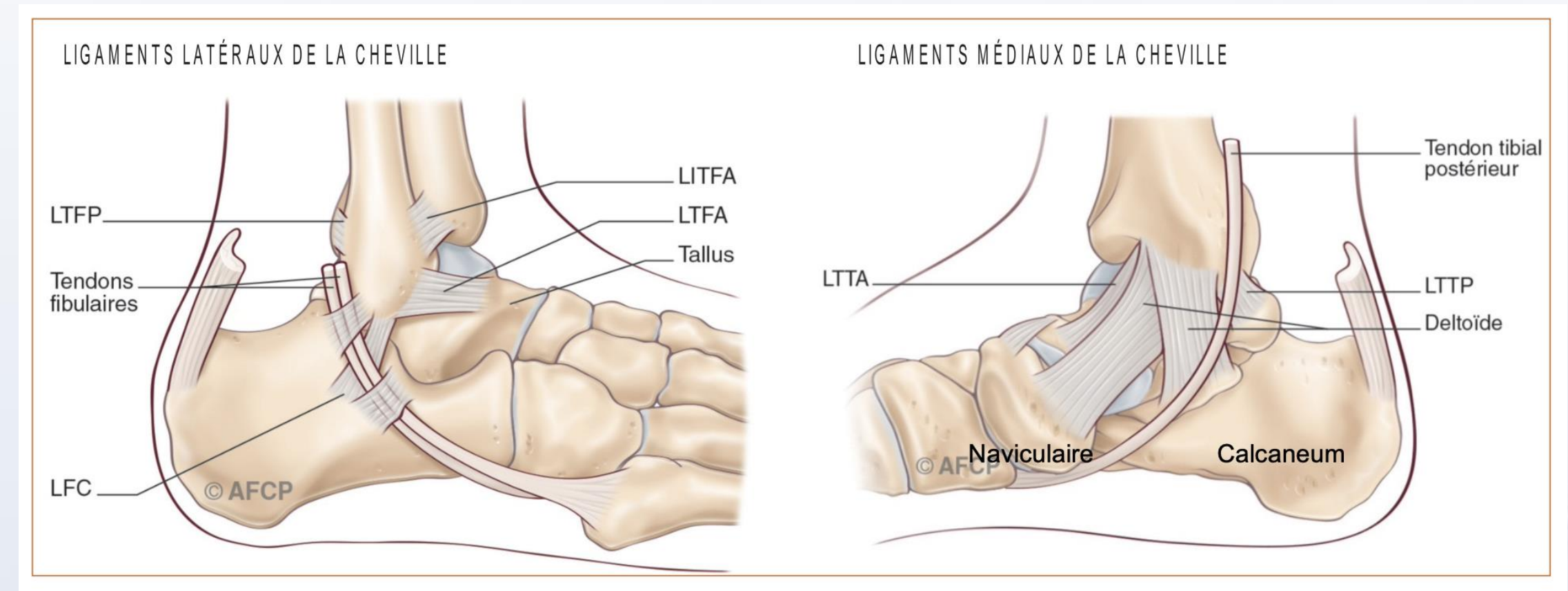
2 - L'entorse latérale

- Banalisée
- Etude française 2013, Guillodo et al.
Seulement 50% de récupération complète a 1 an
- Récidive : mauvaise évaluation, erreur pec initiale



3- Diagnostic et prise en charge

- Interrogatoire (contexte sportif, antécédents)
- Critères de gravité (craquement, gonflement, hématome)
- L'examen physique différé (importance tiroir antérieur LTFA, douleur palpation)
- Examen articulations adjacente (syndesmose, medio-pied)



4- Évaluation de la gravité : imagerie

- Radiographie: fracture

- Critères d'Ottawa:

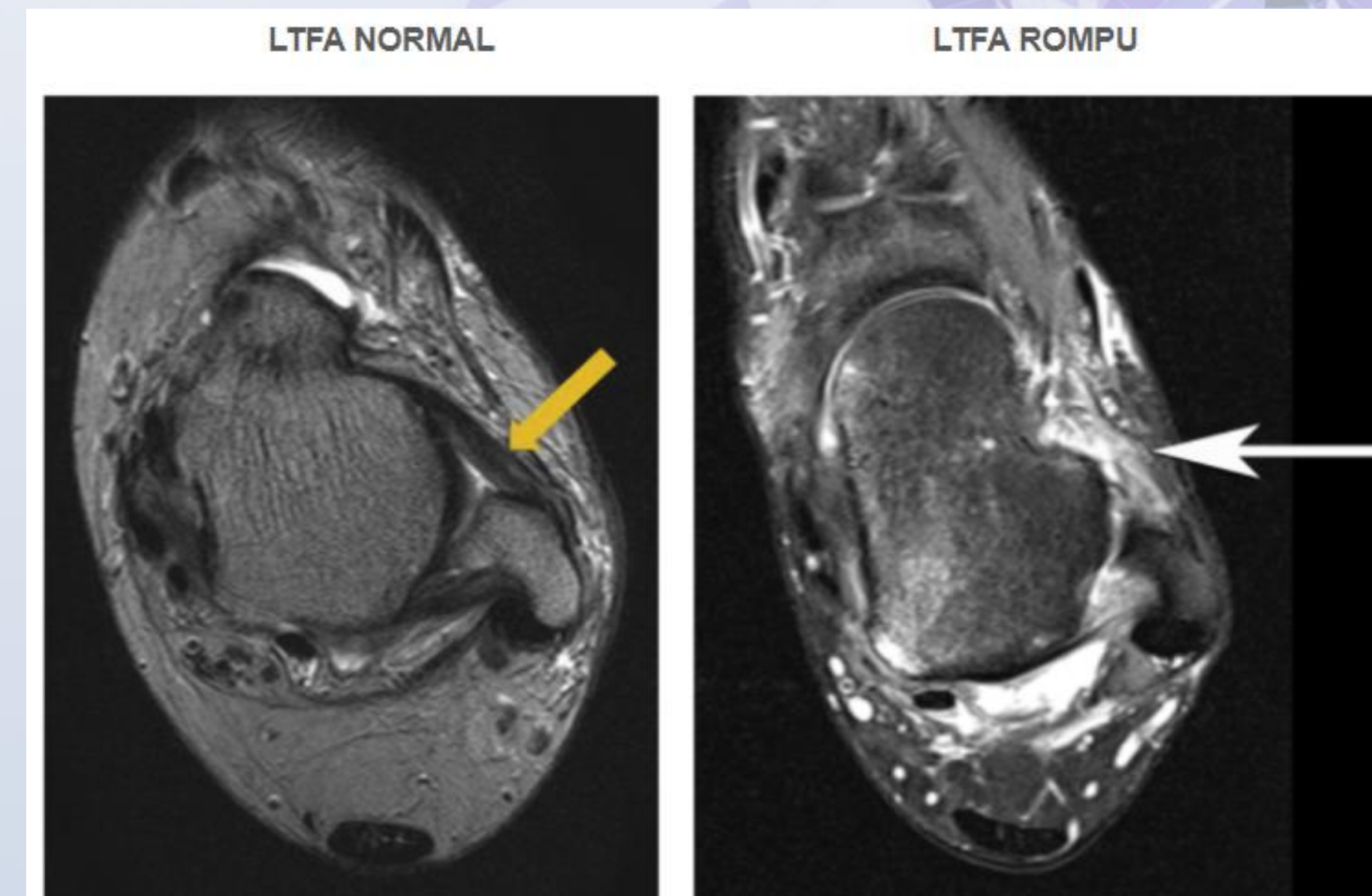
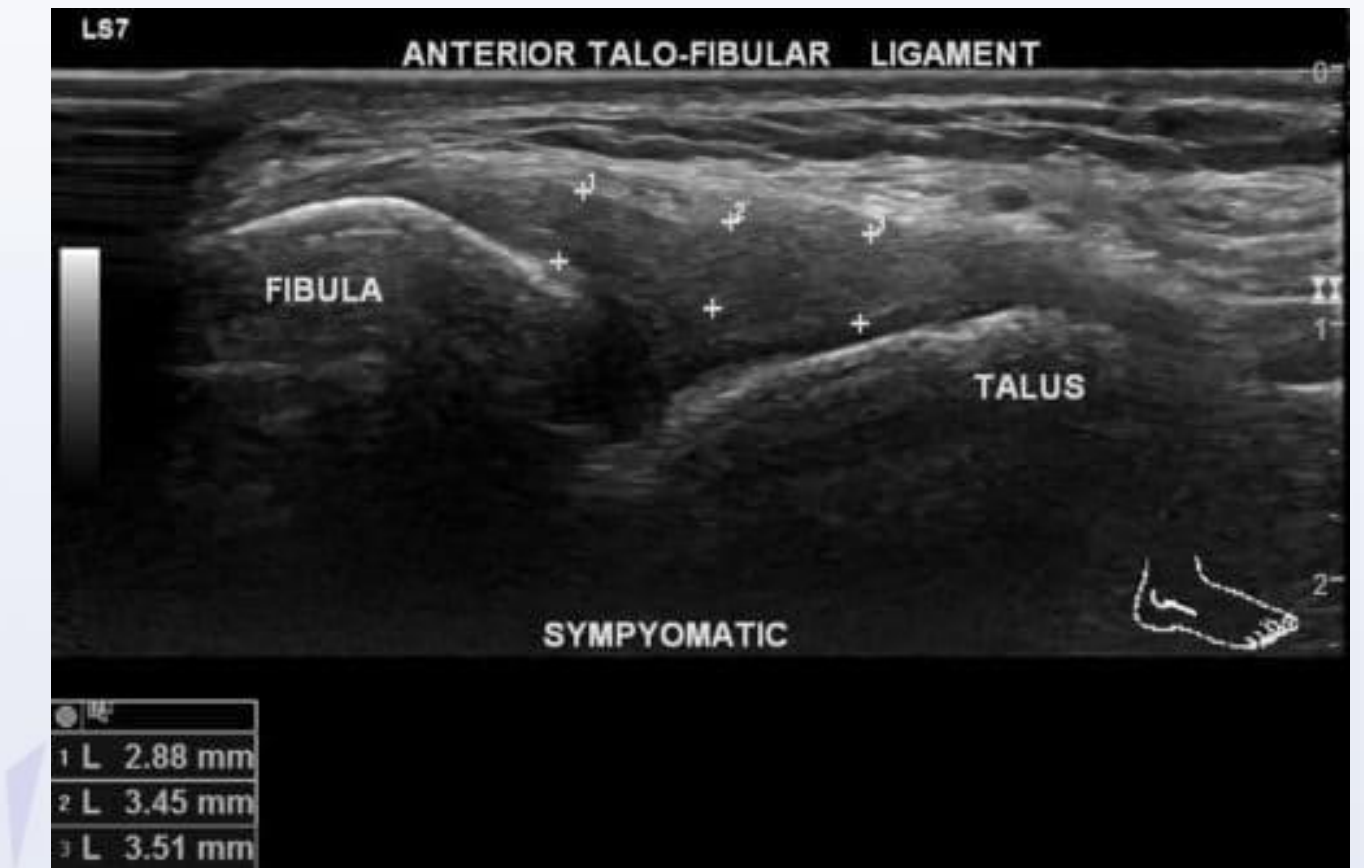
- Appui impossible

- Douleur malléole

- Douleur M5

- Echographie: lésion ligamentaire

- IRM: lésion complexe



5 – Traitement et recommandations

- En aigue
 - ✓ Glaçage, compression et élévation : pas de preuves d'efficacité
 - ✓ AINS: recommandé
 - ✓ Immobilisation: traitement fonctionnel++, immobilisation courte durée (<10 jours)
- Protocoles rééducation précoce
- Place de la chirurgie



CLINIQUE
PARIS LILAS

Entorses de cheville: Traitement

Diagnosis, treatment and prevention of ankle sprains: update of an evidence-based clinical guideline

Gwendolyn Vuurberg,^{1,2,3} Alexander Hoorntje,^{1,2,3} Lauren M Wink,^{1,4}
Brent F W van der Doelen,^{1,2,3} Michel P van den Bekerom,⁵ Rienk Dekker,⁶
C Niek van Dijk,^{1,2,3} Rover Krips,⁷ Masja C M Loogman,⁸ Milan L Ridderikhof,⁹
Frank F Smithuis,¹⁰ Sjoerd A S Stufkens,¹ Evert A L M Verhagen,^{3,4,11} Rob A de Bie,¹²
Gino M M J Kerkhoffs^{1,2,3}

British Journal Of Sport Medicine
2018

