

## LIGAMENTS CROISÉS

---

La rupture des ligaments croisés est un traumatisme qui survient dans les entorses du genou. En effet, le ligament croisé antérieur contrôle la stabilité du genou dans les mouvements en torsion. Sa présence est nécessaire pour la pratique des sports en pivot tel que le foot, le rugby, le ski, les sports de combat...

### COMMENT SE DÉROULE L'INTERVENTION ?

L'intervention chirurgicale consiste à remplacer le ligament rompu par une greffe. Elle est réalisée sous arthroscopie (assistance vidéo) et en ambulatoire.

Deux types d'interventions sont possibles pour reconstruire le ligament croisé antérieur et ce, en fonction du type de greffe choisie : soit à partir des ischio-jambiers (le DIDT ou plus récemment le DT4) soit à partir d'une partie du tendon rotulien (le KJ). Ces 2 interventions apportent le même résultat. Le choix de la greffe se fera en fonction de votre profil sportif et des habitudes du chirurgien.

### LA RÉÉDUCATION

La rééducation est débutée immédiatement après l'intervention. La reprise des sports dans l'axe (vélo, footing, natation) est effectuée au bout de 3 mois et celle des sports en pivot au bout de 6 mois. Le retour à la compétition se fait généralement autour du 7<sup>ème</sup> mois.

## RUPTURE MÉNISCALE

---

Le ménisque est un fibrocartilage qui joue un rôle d'amortisseur dans la mécanique du genou. Au cours d'un traumatisme, le ménisque peut être lésé. Cette lésion peut entraîner la formation d'une languette instable du ménisque qui peut se coincer de manière permanente ou occasionnelle, à l'origine d'un blocage du genou. Dans ce cas, il y a une indication à un traitement chirurgical de réparation du ménisque ou de régularisation de la lésion. Cette intervention est réalisée sous arthroscopie (assistance vidéo) en chirurgie ambulatoire.

# CHIRURGIE DU SPORTIF

## LA RÉÉDUCATION

En cas de réparation, dans les suites de l'intervention, une décharge doit être respectée pendant un mois avec une marche entre 2 cannes. La reprise du sport est effectuée à 3 mois. En cas de régularisation, l'appui complet est autorisé et le patient marche entre 2 cannes sur quelques jours. La reprise du sport est effectuée à 2 mois.

La rééducation est débutée 2 semaines après l'intervention et permet d'optimiser la récupération et la reprise sportive.

## LES DIFFÉRENTES LÉSIONS

Toutes les lésions ne doivent pas être opérées. Il faut distinguer les lésions traumatiques de type fracture méniscale et les lésions dégénératives d'usure.

### Les lésions dégénératives

Elles correspondent aux premiers signes de l'arthrose du genou. Elles sont traitées par infiltration de corticoïdes et rééducation.

### Les lésions traumatiques

Elles sont souvent responsables de blocages mécaniques qui conduisent à un traitement chirurgical arthroscopique comme précédemment décrit.