

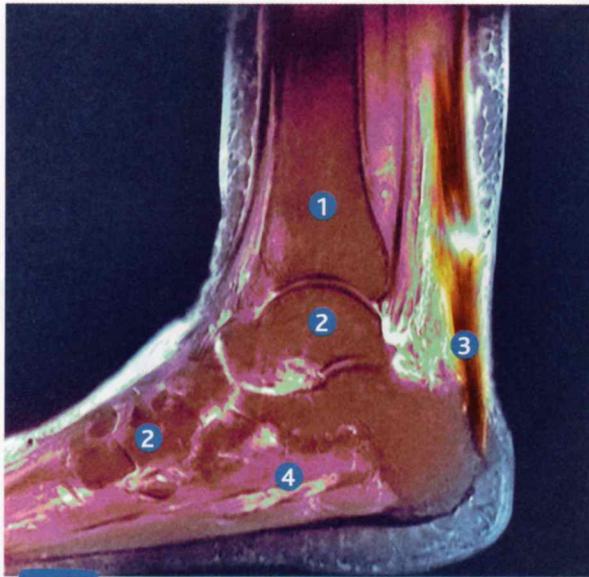
Les accidents musculo-articulaires

Lors d'un exercice physique, une blessure peut se produire au niveau des muscles, des os ou des articulations. Ces accidents sont musculo-articulaires.

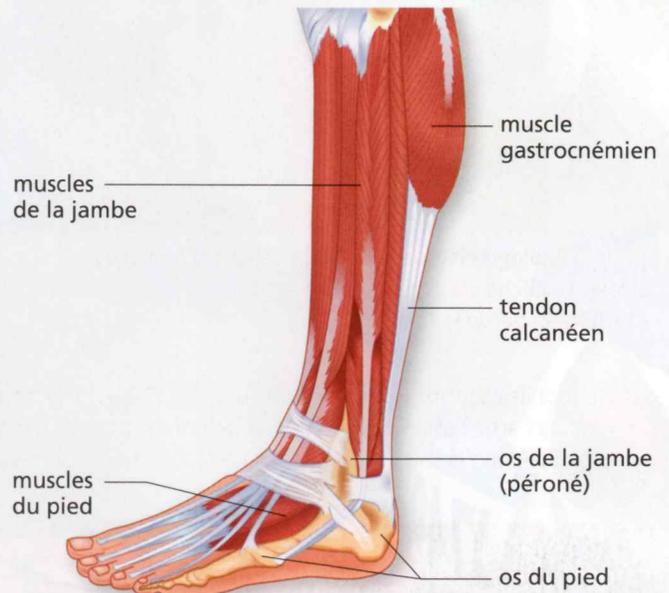
Comment s'expliquent les accidents musculo-articulaires ?

A Des accidents se produisant au cours d'extensions brutales

Au moment où un sprinteur s'élanche des starting-blocks, une extension fait suite à une flexion des jambes, ce qui lui permet de se propulser en avant. Parfois, une douleur est ressentie après ce mouvement, suivie d'une impossibilité d'étendre le pied [Doc. 1 et 2].



Doc. 1 Cliché IRM de la cheville atteinte chez un sprinteur.
(1: tibia; 2: os du pied; 3: tendon calcanéen; 4: muscle.)

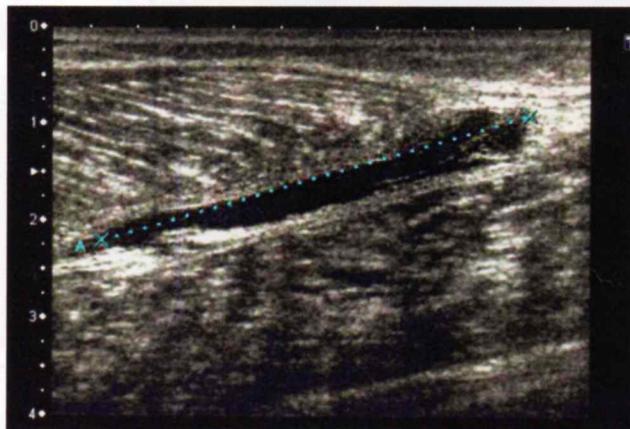


Doc. 2 Anatomie du membre inférieur gauche.

Le joueur de tennis est en permanence en mouvement sur ses jambes. Modifiant sans cesse ses appuis au sol, ses muscles sont constamment sollicités pour permettre la reprise d'appui et l'impulsion lors du jeu de jambes.

Il arrive que, lors d'un de ces déplacements, le sportif ressente une forte douleur au niveau du muscle gastrocnémien.

Les mouvements par la suite se révèlent très douloureux [Doc. 3].



Doc. 3 Échographie du muscle gastrocnémien droit d'un joueur de tennis blessé et compte rendu du médecin ayant pratiqué l'échographie.

Échographie réalisée sur le gastrocnémien droit suite à une douleur survenue lors d'une extension de la jambe droite au cours d'un match de tennis

L'entretien avec le patient fait songer à une simple élévation musculaire (claquage).

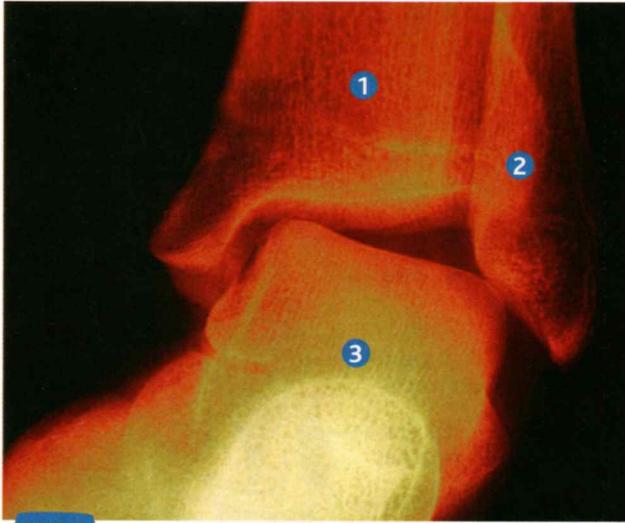
L'échographie révèle une déchirure musculaire profonde de 2 cm de longueur sur 0,5 cm de largeur.

Un repos de six semaines est prescrit.

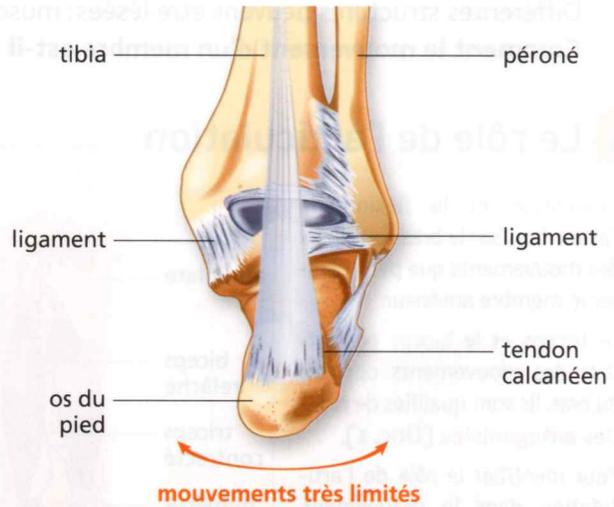
Un nouvel examen est à prévoir pour vérifier la bonne cicatrisation de la déchirure.

B Des accidents se produisant au cours de compressions excessives

Les entorses sont fréquentes chez les volleyeurs. En effet, après un saut, une mauvaise réception peut engendrer une torsion de la cheville. La pression exercée lors du choc déforme l'articulation du pied. La cheville est alors très douloureuse et le sportif peut difficilement poser son pied par terre [Doc. 4 et 5].



Doc. 4 Radiographie de la cheville gauche d'un volleyeur blessé. Le cliché est réalisé en vue arrière. (1: tibia; 2: péroné; 3: os du pied.)

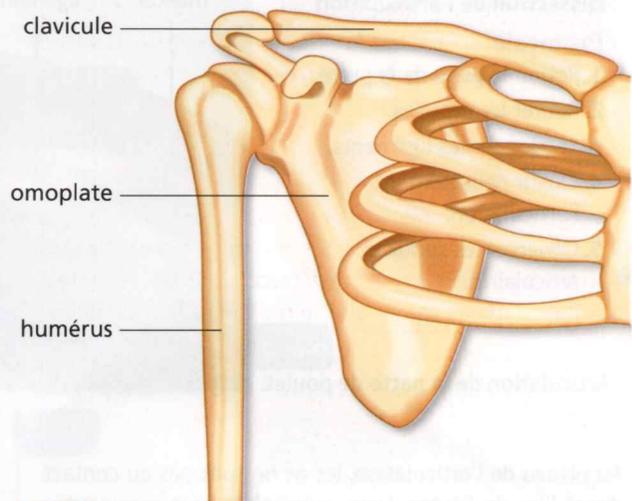


Doc. 5 L'articulation de la cheville gauche en vue arrière. Les **ligaments** reliant les os entre eux au niveau de la cheville limitent fortement les mouvements latéraux de celle-ci.

Les haltérophiles sont exposés aux luxations de l'épaule. En effet, lors de la levée de l'haltère, une pression extrême est exercée au niveau de l'articulation des épaules. Si la levée est mal maîtrisée, il arrive que le membre antérieur soit entraîné vers l'arrière provoquant le déboîtement de l'épaule. Une forte douleur est ressentie et le sportif ne peut plus utiliser son bras [Doc. 6 et 7].



Doc. 6 Radiographie de l'épaule droite d'un haltérophile blessé. (1: tête de l'humérus; 2: omoplate.)



Doc. 7 Les os de l'épaule droite en vue ventrale.