

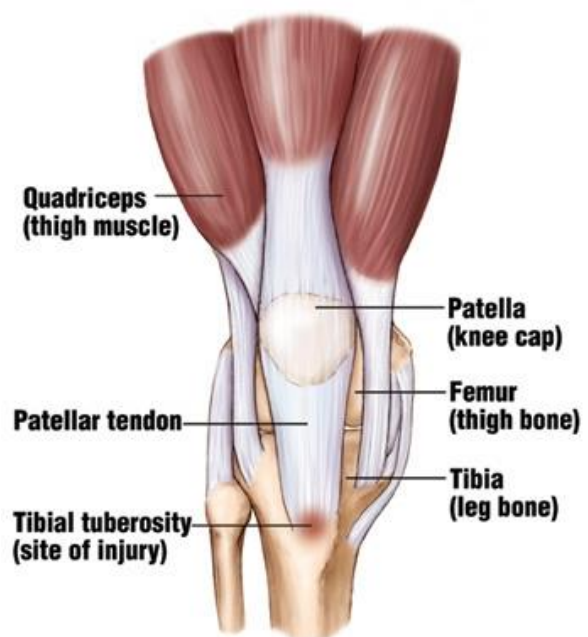
Osgood schlatter

Introduction :

Bonjour à tous, nous continuons sur les pathologies de croissance touchant nos jeunes footballeurs et jeunes footballeuses. Cet article traite de la maladie d'Osgood schlatter.

Définition :

La maladie d'Osgood Schlatter est une pathologie de croissance qui touche les enfants de 11 à 15 ans. Il s'agit d'une épiphysite de la tubérosité tibiale antérieure (TTA). C'est l'inflammation de ce cartilage de croissance qui occasionne des douleurs chez l'enfant. Le football est une pratique sportive favorisant l'apparition de cette pathologie.



La TTA (Tubérosité tibiale antérieure) est une zone d'insertion tendineuse (tendon quadricipital) qui relie le tibia, la rotule et le fémur. Le muscle mis en cause est le quadriceps.



Une jeune patiente sportive présente la maladie d'Osgood Schlatter au niveau du genou gauche (en bleu). On remarque la différence de taille avec le genou droit (en vert) qui lui est en bonne santé

Les mouvements d'extensions répétés sont les principaux responsables de l'apparition de la maladie d'Osgood Schlatter. Les accélérations, les passes et les frappes.

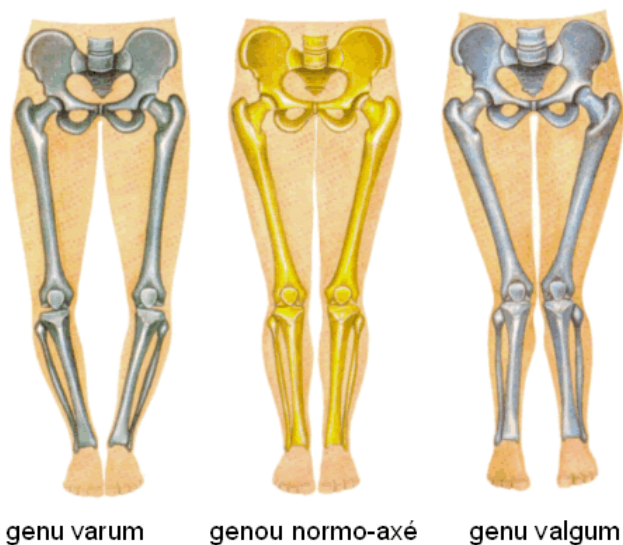
La Pathologie

Il existe des facteurs internes :

- un quadriceps court ou contracturé qui augmente la traction sur le tibia
- une croissance rapide des membres inférieurs. Dans ce cas les tendons ne sont pas encore adaptés aux changements.
- troubles statiques et dynamiques : une rotule haute (patella alta), un genu valgum/varum,

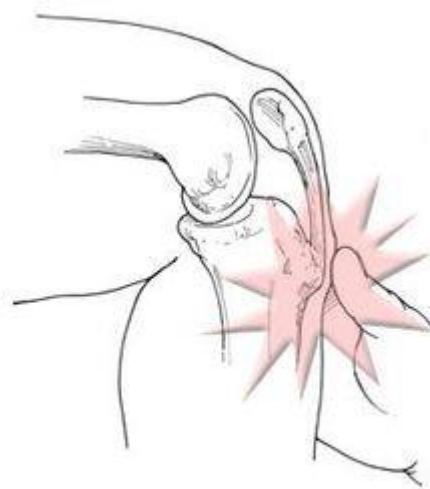
Il existe des facteurs externes :

- Mauvais geste sportif répété (course à pied, frappe de balle).



Le Genu valgum ou Genu varum augmente la traction du quadriceps sur le tibia.

A l'examen clinique on peut retrouver : une TTA hypertrophiée, un gonflement ou épanchement de la zone douloureuse sur le tibia, la douleur est très localisée.



Si la pression sur la tubérosité est douloureuse une consultation auprès du Pôle médical et du médecin traitant est nécessaire pour avoir un diagnostic

In Osgood-Schlatter disease, the enlarged, inflamed tibial tubercle is nearly always tender when pressure is applied,

Le tendon peut être douloureux également. Les deux genoux peuvent être touchés simultanément.

On retrouve une douleur à la contraction contre résistance du quadriceps, et à la palpation de la TTA. Ces manipulations réalisées par un professionnel permettent de définir le diagnostic.



Manipulation de contraction contre résistance



Palpation de la TTA et du tendon

Le Diagnostic :

Le diagnostic est médical et clinique, il n'est pas nécessaire de faire des examens supplémentaires (imagerie médicale, radiographie, échographie, IRM). Le médecin ou le staff médical de l'USJA Carquefou est capable de poser le diagnostic de la maladie d'Osgood Schlatter.

Cependant il existe des diagnostics différentiels :

- tendinopathie du quadriceps (tendinite)
- entorse du genou (ligaments colatéraux/croisés)
- rupture du quadriceps
- méniscope (cartilage présent dans le genou)
- autres pathologies de croissance pouvant toucher le fémur.

Douleur, évolution et prise en charge :

La douleur est le plus souvent ressentie pendant la pratique du sport lors des frappes et des accélérations. C'est une douleur vive, localisée dans un premier temps et qui peut être diffuse sur l'ensemble du genou.

La durée de la douleur peut varier de 3 à 9 mois. Celle-ci dépend de la rapidité de la prise en charge et des traitements mis en place.

Un arrêt sportif dans un premier temps est préférable pour évaluer la gravité de la pathologie. Cet arrêt peut évoluer de 1 à 3 semaines. Un repos de plusieurs mois est nécessaire si la douleur est présente en dehors de la pratique sportive.

Lors de la reprise du football, l'entraînement doit être adapté : pas de sprints répétés et pas de séances de frappes. Une reprise en douceur est primordiale (un entraînement sur deux par exemple). La reprise de l'entraînement complet se décide avec les encadrants et le staff.

Il y a plusieurs traitements à mettre en place pour avoir une guérison rapide :

- glacer la zone d'inflammation (15 minutes tous les soirs)
- repos, diminuer l'activité physique ou bien la stopper
- avoir un bon cycle de sommeil
- apports nutritionnels : calcium, minéraux, vitamine D si nécessaire
- hydratation
- étirements/kiné/ostéopathe : pour allonger le muscle et soulager les tractions
- semelles orthopédiques pour la correction des troubles statiques (genuvalgum/varum)
- le taping pour soulager et lors de la reprise du sport

Evolution : 98% des cas sont sans séquelles après le traitement et à la fin de la croissance.



Le quadriceps (orange) a une action de traction (flèche verte) sur la TTA (tubérosité tibiale antérieure en bleue).



Prise en charge par semelles orthopédiques et par K-Taping pour une patiente atteinte d'Osgood Schlatter.