

# NEWSLETTER

Centre de Médecine et Traumatologie du Sport d'Ajaccio



## Urgences traumatologiques

Pendant la crise sanitaire au Covid-19, les urgences traumatologiques sont assurées au sein du centre médical, RDV par téléphone 04.95.25.18.18 ou sur le site web [cmts2a.fr](http://cmts2a.fr)

## Mesures de pressions musculaires

Depuis maintenant plus de 6 mois, les kits Stryker permettant d'effectuer les mesures de pression sont impossibles à obtenir en Europe (seul le territoire Américain est approvisionné).

Cet examen qui vise à diagnostiquer les syndromes des loges est toujours possible à Ajaccio, le CMTS 2A possédant encore des kits en réserve.

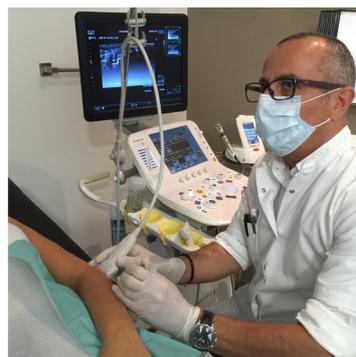
## Les injections de PRP tendineuses et articulaires, comment ça fonctionne ?

Le PRP (Platelet Rich Plasma) est le concentré plaquettaire que l'on utilise, après échec des techniques usuelles, pour les tendinopathies rebelles.

Au décours d'une prise de sang et après centrifugation, on extrait de concentré plaquettaire, riche en facteurs de croissance, que l'on injecte en intra tendineux sous guidage échographique.

En effet, en cas de lésion tendineuse, les mécanismes naturels de la cicatrisation entraînent à un moment donné une libération de facteurs de croissance, stimulant la prolifération cellulaire et ainsi la cicatrisation.

Ainsi, le principe de la thérapie par PRP est de reproduire ces mécanismes de cicatrisation et de régénération tissulaire par



## Accidents musculaires Toujours chercher le «coupable»

En terme de prise en charge des accidents musculo-aponévrotiques, l'objectif chez le sportif est d'accélérer (surtout chez le sportif Pro chez qui le délai est important) la cicatrisation sans négliger la récupération de la force (excentrique en particulier), élément indispensable pour limiter le risque de récurrence.

Que l'on soit sportif amateur ou professionnel, la prise en charge est identique.

La réathlétisation doit être débutée dans le centre médical et le return to play organisé en collaboration avec le staff technique.

La recherche des facteurs déclenchants paraît indispensable :

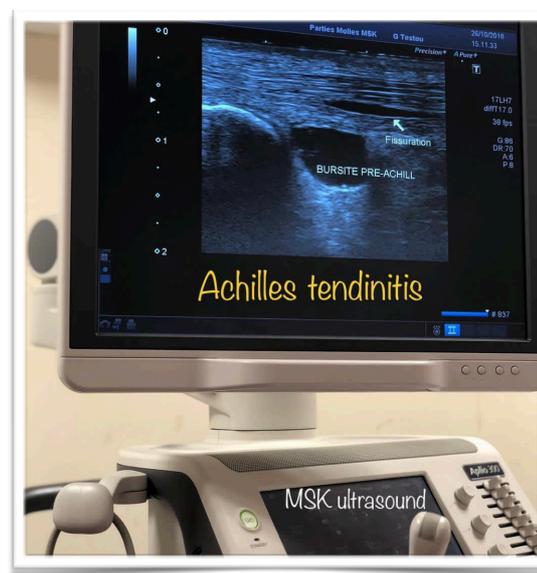
- Capacité fonctionnelle déficiente (déficit, rétractions ou déséquilibre musculaire)
- Hygiène de vie peut être incompatible avec les objectifs sportifs
- Prise en charge athlétique ou calendrier sportif inadapté (inadéquation entre les charges de travail et la capacité fonctionnelle, récupération réduite, exercices mal adaptés...)

La recherche du coupable est indispensable. Comme dans toute pathologie, le facteur favorisant ou aggravant doit être pris en compte.

injection dans le tissu lésé de plasma sanguin autologue riche en plaquettes. L'utilisation est possible dans le cadre d'un traitement médical seul ou accompagne un geste chirurgical.

Les injections de facteur de croissance peuvent par ailleurs être indiquées parfois dans le cadre de lésions musculaires (stade 3 en général), permettant de raccourcir sensiblement les délais de cicatrisation.

Enfin, cette technique est également utilisée pour les articulations, dans les lésions de cartilages, par stimulation de la synthèse des composants de la matrice du cartilage par les chondrocytes. Les facteurs de croissance contenus dans le PRP favorisent ainsi la réparation du cartilage. On y associe



souvent une injection d'acide hyaluronique.

### *L'injection de PRP isolée est souvent insuffisante*

Mais le plus souvent, l'injection seule ne suffit pas. Il est indispensable d'y associer une rééducation avec renforcement excentrique pour ce qui est des tendinites ou des lésions musculaires.

Le renforcement quadricepsital, idéalement sous contrôle du dynamomètre isocinétique est important après injection de PRP pour lésions chondrales patellaires (cartilages de la rotule). Ce renforcement permet d'assurer un bon verrouillage quadricepsital, limitant ainsi le conflit entre la patella et le fémur.

Au final, une ou deux injections de PRP ne constituent pas le traitement unique, la rééducation est très souvent indispensable.