

IRBMS

Institut Régional de Biologie et de Médecine du Sport

NORD-PAS-DE-CALAIS – WWW.IRBMS.COM

Titre : « REPRISE DU SPORT APRES UNE CHIRURGIE RACHIDIENNE »

Auteur(s) : T. Dupard et E. Louis (Polyclinique du Bois - Lille - Nord)

Catégorie : Traumatologie du Sport - Diaporama, 14 vues, 1,9 Mo

Date : 2006

Rappel : Ce diaporama, propriété exclusive de son/ses concepteur(s), ne peut être reproduit, ni diffusé en public, même partiellement sans autorisation expresse écrite. Pour ce faire veuillez nous envoyer votre demande à l'adresse suivante : contact@medecinedusport.fr

Note : **Attendre le chargement** du diaporama puis utilisez la **Barre d'espace** de votre clavier ou la roulette de votre **souris** pour passer d'une diapositive à l'autre.





Reprise du sport après chirurgie rachidienne

T. DUPARD, E. LOUIS
Polyclinique du Bois
Lille

- ◆ Le sport comme facteur favorisant ?
- ◆ Les indications chirurgicales
- ◆ Conséquences de la chirurgie
- ◆ La reprise du sport
- ◆ Conclusion



Le sport comme facteur favorisant

- ◆ NON.....MAIS
- ◆ Disque cervical (rugby...)
- ◆ Les traumatismes (sport de combat, de glisse,...)
- ◆ La lyse isthmique (hyperlordose)



Indications chirurgicales

◆ Comme tout à chacun.....

Avec quelques nuances...



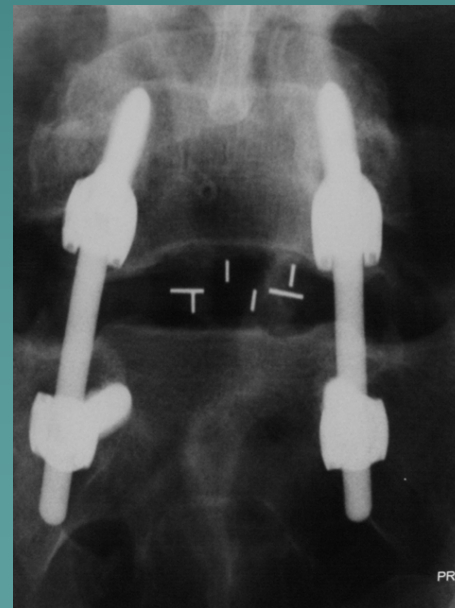
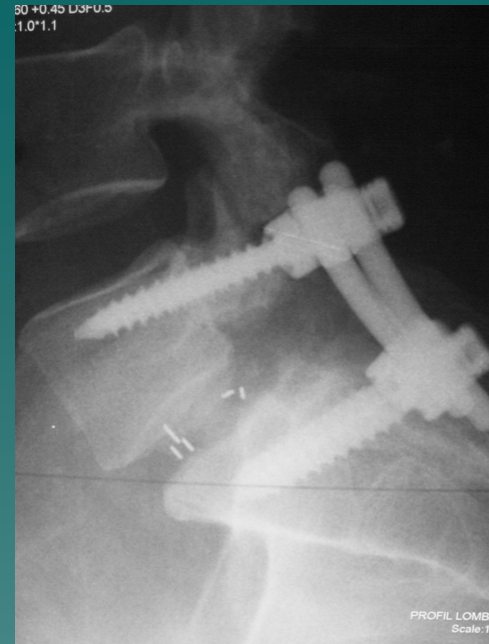
Hernie Discale

- ◆ Radiculalgie invalidante
 - Rebelle au traitement médical
 - Hyperalgique
 - Déficitaire

Spondylolisthésis

- ◆ Lombalgies et/ou Radiculalgies
 - Rebelles au Traitement médical
 - Rebelles à la rééducation





Conséquences anatomo-fonctionnelles de la chirurgie

- ◆ Muscles
- ◆ Ligaments
- ◆ Vide discal

) → instabilité segmentaire ?

- ◆ Arthrodeèse → les contraintes



La reprise du sport

◆ Critères :

- ◆ Cause et nature de l'intervention
- ◆ Résultat obtenu
- ◆ Type d'activité sportive
- ◆ Niveau de pratique antérieur



Protocole de rééducation post opératoire

- ◆ Phase de cicatrisation 1^{ier} mois
- ◆ Phase de récupération 2^{ème} - 3^{ème} mois
- ◆ Le retour sur le terrain



Récupération des qualités analytiques du rachis

- ◆ Mobilité
- ◆ Souplesse musculaire sous pelvienne
- ◆ Récupération musculaire du tronc
- ◆ Reconditionnement cardio-respiratoire



Reprise de sport

- ◆ 3 à 6 mois
- ◆ Pas de douleur au quotidien
- ◆ Type de sport (contact?)
- ◆ Niveau acquis :
 - ◆ « reprendre ce qu'on faisait bien »



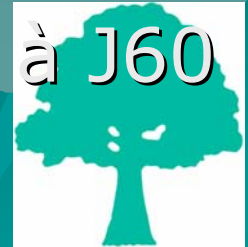
Quelques chiffres

- ◆ 30 patients niveau régional et +
 - Hernie discale lombaire
 - Reprise du sport 90% (compétition 85%)
 - Entraînement : 133j +/- 57
 - Compétition : 175j +/- 60



Quelques chiffres

- ◆ 48 % au niveau antérieur
- ◆ 33% avec baisse de niveau
- ◆ 9,5% Changement de sport
- ◆ 9,5% Arrêt
- ◆ Facteur prédictif de reprise : $EVA < 3/10$ à J60



Conclusion

- ◆ Résultats fonctionnels plutôt > à la moyenne
- ◆ Rester raisonnable
- ◆ Règles essentielles de précaution chez le sportif
 - ◆ Apprentissage gestuel
 - ◆ Respect des techniques de base
 - ◆ Entraînement progressif, échauffement prolongé

