

Entretien avec le Dr méd. Jörg P. Dünkel, directeur de la Sportklinik Bern, médecin agréé à la Hirslanden Klinik Permanence, médecin de l'équipe BSC Young Boys

Traitement conservateur et réduction de la douleur au moyen de bandages et d'orthèses

BERNE – Bon nombre de douleurs et lésions articulaires peuvent être traitées de manière conservatrice. Des aides, telles que les bandages ou les orthèses, favorisent le processus de guérison. Dans cet entretien, le Dr Dünkel donne des précisions sur l'emploi correct et approprié des dispositifs médicaux.

Docteur Dünkel, quelle est la différence entre les bandages et les orthèses?

Les bandages contiennent des éléments élastiques, qui conduisent à une précontrainte des muscles via des stimuli mécaniques des récepteurs mécaniques et proprioceptifs, ce qui stabilise indirectement l'articulation. Les orthèses, quant à elles, contiennent des éléments fixés, tels que des barres ou des tiges métalliques, dont le but est de limiter voire d'empêcher le mouvement. Ainsi, les orthèses sont le plus souvent utilisées en cas de lésions ligamentaires ou en post-opératoire, tandis que les bandages peuvent par exemple être utilisés en cas d'élongations ou d'irritations.

Comment utilisez-vous les bandages et les orthèses?

J'utilise avant tout les orthèses en cas de ruptures des ligaments de la cheville ou du genou, en cas de lésions méniscales ou en post-opératoire, lorsque l'articulation doit être mise au repos. Les bandages sont utilisés en soutien dans la prévention secondaire après une blessure, pour préchauffer les muscles et améliorer la proprioception ou en cas de sensation d'instabilité. Chez les sportifs de haut niveau, des bandages de compression sont également utilisés par exemple pour améliorer la circulation sanguine ou décongestionner. Mais les produits doivent remplir les mêmes exigences chez tous les patients, à savoir favoriser la guérison et réduire la douleur (NDLR: Vous en saurez davantage sur l'utilisation de dispositifs médicaux chez les sportifs de haut niveau dans notre podcast EMH Journal Club qui sortira [en allemand] le 8 décembre 2021; emh.ch/podcast).

Quels partenaires sont impliqués dans ce concept thérapeutique?

Personnellement, je prescris les bandages ou les orthèses en précisant exactement ce que je veux: effet de soutien, effet de stabilisation ou

une compression. Les patients se rendent ensuite avec leur ordonnance dans un magasin spécialisé en orthopédie, où les mesures exactes sont prises et le bon bandage ou la bonne orthèse est choisi(e) ensemble avec le patient. Ces professionnels apprennent également aux patients comment mettre et enlever le produit, ce qui n'est pas toujours si simple. Plus tard, le physiothérapeute contrôle encore une fois si le bandage ou l'orthèse est bien en place et si le patient l'utilise correctement. Lorsque le patient revient me voir pour le contrôle de suivi, je m'assure une dernière fois que tout soit en ordre. Cette collaboration entre moi, le magasin spécialisé en orthopédie et le physiothérapeute fonctionne en général très bien.

Pour quelles douleurs ou blessures recommandez-vous un traitement conservateur?

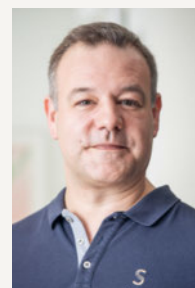
Les lésions ligamentaires de la cheville sont certainement les blessures par excellence qui peuvent faire l'objet d'un traitement conservateur, à condition que tous les ligaments et la syndesmoïse ne soient pas rompus. Mais les contusions, élongations et déchirures musculaires ainsi que les altérations inflammatoires des tendons ont également de bonnes chances de guérison avec un traitement conservateur. Par ailleurs, les mesures conservatrices peuvent s'avérer d'une grande aide dans le traitement des douleurs liées à des maladies dégénératives, telles que l'arthrose.

Des aides sont-elles également utilisées à titre préventif?

L'efficacité préventive des bandages est controversée d'un point de vue scientifique. Personnellement, j'ai souvent recours aux bandages élastiques dans la prévention secondaire après une blessure. Les sportifs utilisent également les bandages pour leur fonction de compression, avant l'entraînement pour chauffer les muscles, et après pour favoriser la régénération.

Jörg P. Dünkel

Dr méd. Dünkel est directeur de la Sportklinik Bern, médecin agréé à la Hirslanden Klinik Permanence à Berne et membre des personnels médicaux du BSC Young Boys. Sa compétence principale consiste à l'évaluation et le traitement des blessures sportives par ultrasons.



© Jörg P. Dünkel

Quels sont les avantages spécifiques des produits de Bauerfeind?

Bauerfeind jouit d'une longue tradition et grâce à une étroite collaboration de longue date avec des sportifs d'élite, l'entreprise est toujours parvenue à perfectionner au plus haut niveau ses produits sur le plan de la fonctionnalité et de la qualité. C'est un peu comme dans la course automobile, où les innovations développées pour les professionnels sont plus tard également étendues à la circulation routière en général.

Quelle est votre conclusion personnelle à propos de l'utilisation des bandages et orthèses de Bauerfeind?

Je suis très satisfait des produits, qui remplissent parfaitement leur objectif. La qualité, la fonctionnalité ainsi que le design sont au rendez-vous. Toutefois, l'indicateur le plus important pour moi est la satisfaction de mes patients, qui apprécient ces produits et les portent volontiers.

L'entretien a été mené par la Dre méd. Nadja Pecinska.

Cet entretien a été réalisé avec l'aimable soutien de Bauerfeind AG.

Bauerfeind AG, Vorderer Böde 5, 5452 Oberrohrdorf, Tél. 056 485 82 42, info@bauerfeind.ch
www.bauerfeind.ch