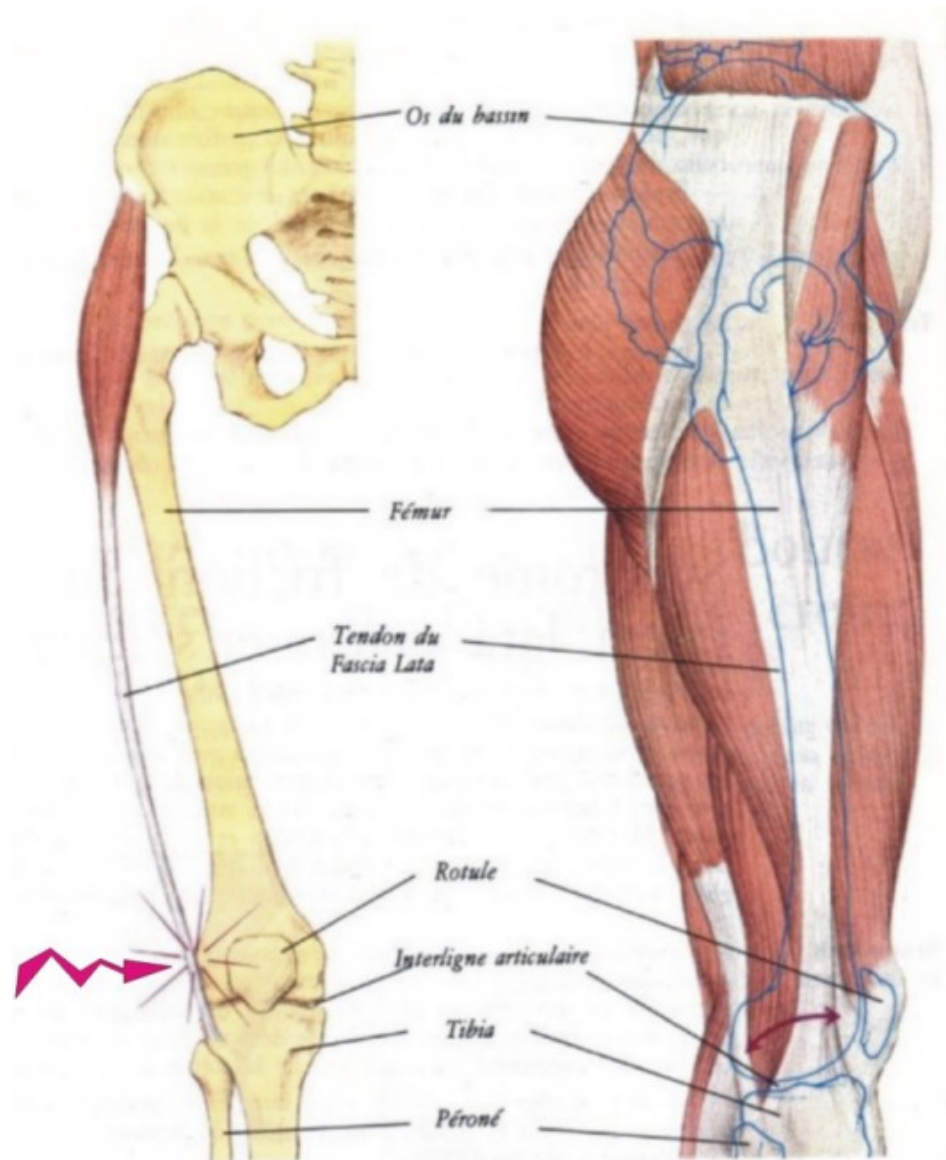


Syndrome de l'essuie-glace ou de la bandelette ilio-tibiale

Congrès SASPAS
26 Avril 2012
CLAVEL Christophe

Physio-pathologie



Symptômes

- Interrogatoire: 90% du diagnostic:
 - Contexte: course à pied +++, cyclisme
 - Douleur d'effort face externe du genou
 - Parfois sensation de ressaut ou d'accrochage externe
 - Aggravation en descente, entraînement ou matériel inadapté
- Examen clinique:
 - Morphologie: genu varum, hyperpronation de la cheville
 - Test de Noble: douleur à la palpation du tubercule plus importante à 30°
 - Test de Renne: douleur lors du passage à 30° de flexion en appui unipodal

Examens complémentaires

- Echographie en cas de doute diagnostique: éliminer une entorse LCL, atteinte méniscale, bursite.
- Voire IRM en cas de négativité
- +/- sensibilisé par effort

Traitements

- AINS généraux ou locaux (gel, mésothérapie), infiltration en cas de bursite
- Kinésithérapie, étirements
- Adaptation du matériel: chaussure, semelles orthopédiques
- Chirurgie en dernière intention: plastie de détente de la bandelette, régularisation du tubercule, bursectomie

Bibliographie

- E. Brunet-Guedj, B. Brunet, J. Girardier, B. Moyen. « Médecine du sport ». Edition Masson
- E. J. Strauss, S. Kim, J. G. Calcei, D. Park. « Iliotibial band syndrome : evaluation and management ». Journal of the american of orthopaedic surgeons, december 2011, vol 19, No 12 : 728-736
- R. Khaund, S. H. Flynn. « Iliotibial band syndrome : a commo, source of knee pain ». American family physician, april 2005, vol 71, No 8 : 1545-1550
- M. Fredericson, A. Weir. « Practical management of iliotibial band friction syndrome in runners ». Cli J Sport Med, may 2006, vol 16, No 3 : 261-268
- C. A. Noble. « The treatement of iliotibial band friction syndrome ». British journal sprts medecine, 1979, vol 13 : 51-54