

FICHE CONSEILS

BIEN CHOISIR SON ORTHÈSE EN PHARMACIE

Les douleurs et pathologies du genou touchent un nombre croissant de patients. Le pharmacien d'officine est progressivement amené à s'intéresser de plus en plus au sujet, en accompagnant sur le choix des orthèses.

01



Connaître les bases de l'anatomie du genou

- L'articulation du genou unit le fémur, le tibia et la patella. Elle est en fait composée de deux articulations (l'articulation fémoro-tibiale et l'articulation fémoro-patellaire).
- Cette articulation permet des mouvements de flexion et d'extension, auxquels peuvent s'ajouter des mouvements de roulements, glissements et de rotation axiale.
- En cas de pathologie du genou, le port d'une orthèse peut être conseillé. Il s'agit d'un appareil orthopédique destiné à soutenir la fonction locomotrice déficiente. Elle peut être faite sur mesure ou non (auquel cas elle est adaptable au patient).

02



Connaître les problèmes de genou les plus fréquents

- Les pathologies rotuliennes vont de simples douleurs rotuliennes jusqu'aux instabilités avec luxation de la rotule. On peut regrouper ces pathologies en trois catégories : luxation épisodique de la rotule, instabilité rotulienne potentielle (sans antécédent de luxation) ou syndromes douloureux rotuliens.
- Les pathologies ligamentaires vont concerner quatre ligaments : les ligaments latéral et médial et les deux ligaments croisés ; le ligament croisé antérieur et le ligament croisé postérieur. La gravité de la pathologie varie, pouvant aller de l'entorse bénigne du ligament jusqu'à l'entorse grave avec rupture complète du ligament.
- Enfin, on peut aussi mentionner les pathologies du tendon, plus rares, qui surviennent essentiellement en cas de rupture des tendons.

03

Dialoguer avec le patient

- Les patients peuvent soit venir avec une ordonnance du médecin, soit de leur propre initiative suite à une douleur. Mettre en place un interrogatoire adapté permet de mieux les prendre en charge.
- Il convient notamment de comprendre la douleur du patient pour mieux l'aiguiller vers la bonne orthèse ou le diriger vers une consultation médicale si nécessaire. L'objectif de l'interrogatoire est de pouvoir juger de la gravité de la pathologie afin d'être en mesure de diriger le patient vers une consultation si nécessaire.
- Des questions sur la douleur doivent être posées : est-ce une douleur ou plutôt une sensation d'insécurité avec instabilité ? Où se situe cette douleur ? Est-elle une douleur diffuse ?
- Il convient aussi d'interroger sur les autres traitements en cours et sur les antécédents du patient (anciens traumatismes, actes chirurgicaux, arthrose) ainsi que sur ses habitudes (pratique du sport par exemple).

04

Savoir quelle orthèse correspond à quelle pathologie

- Pour chaque orthèse des mesures précises devront être prises, afin d'équiper le patient d'une orthèse à sa taille. Il convient pour cela de prendre la mesure du tour du genou lors d'une légère flexion. Faire essayer l'orthèse en présence du pharmacien permet de s'assurer qu'elle est bien fixée et correspond bien au patient.
- En cas de luxation de la rotule, savoir que le médecin prescrira une attelle rigide d'immobilisation, aussi appelée attelle de Zimmer. Cela permettra d'immobiliser complètement le genou la durée nécessaire. C'est aussi le cas en cas de pathologie tendineuse.
- En revanche, en cas d'instabilité rotulienne ressentie, on choisira plutôt une orthèse rotulienne articulée rigide ou d'une attèle souple si l'instabilité est plus légère.

05

Se former et s'informer

- Société française de chirurgie orthopédique
<https://www.sofcot.fr/>
- Société française de la hanche et du genou
<https://www.sfhg.fr/>

QUIZ

01 Quel est l'os le plus lourd et le plus long du corps humain ?
A) Le tibia
B) Le fémur
C) La patella

02 Au niveau du genou, quel est le muscle stabilisateur le plus important ?
A) Le muscle quadriceps fémoral
B) Le biceps fémoral
C) Le muscle gracile

03 Le principal facteur de l'instabilité rotulienne est la dysplasie de trochlée :
A) Vrai
B) Faux

04 Le « genou forcé » apparaît généralement plutôt chez le sujet adulte qui a eu une activité physique inhabituelle autour de l'âge de :
A) 20 ans
B) 30 ans
C) 35-40 ans

05 Un patient souffrant d'une tendinite de la patte d'oie sera équipé d'une attelle :
A) de Zimmer
B) de contention souple à action proprioceptive
C) ligamentaire

RÉPONSES

01. Réponse B - **02.** Réponse A - **03.** Réponse A
04. Réponse C - **05.** Réponse B