

Dr Laurent Béguin

CHIRURGIE ORTHOPÉDIQUE ET ARTHROSCOPIQUE
CHIRURGIE DE L'ÉPAULE

Dr François Chalencon

CHIRURGIE DE LA HANCHE ET DU GENOU
TRAUMATOLOGIE DU SPORT

Dr Florent Delangle

CHIRURGIE DE LA HANCHE ET DU GENOU
CHIRURGIE DU PIED

Dr François-Xavier Verdot

CHIRURGIE DE LA HANCHE ET DU GENOU
TRAUMATOLOGIE DU SPORT

Sport et PTH

Sport et PTH

L'espérance de vie croissante et l'état général des patients participent à augmenter le nombre de patients porteurs d'une prothèse totale de hanche et désireux d'activités sportives. Certaines pathologies de la hanche touchent des patients très jeunes.

Les contraintes liées au sport

Après la pose d'une prothèse totale de hanche, plusieurs contraintes sont présentes chez les patients sportifs.

L'usure de la prothèse

Chez les patients actifs, les couples de frottement métal sur polyéthylène (plastique) ont montré des usures rapides souvent accompagné de descellement précoce de leur prothèse. Les nouveaux couples de frottement (céramique) ont permis d'améliorer la durée de vie des prothèses chez les patients actifs en diminuant l'usure.

La luxation de la prothèse

En cas de faux mouvements ou de chute lors de la pratique sportive, il peut survenir un accident de luxation. Pour diminuer ce risque de luxation, le diamètre des têtes de prothèses a été augmenté (diamètre 32 ou 36). Le chirurgien pratique également une chirurgie par voie antérieure qui en respectant les muscles diminue les taux de luxation.

La fatigue musculaire

L'abord musculaire (voie antérieure) évite les lésions peropératoires des corps musculaires. Une préparation et un entraînement régulier (proprioception) diminue les risques liés à la pratique sportive.

Les sport après la chirurgie

La reprise des activités est progressive. En règle général, la rééducation suit cet agenda :

- le 1er mois : marche avec cannes, pratique des escaliers
- Ente 1 et 3 mois : marche sans cannes, reprise de la conduite automobile, vélo d'appartement
- Après 3 mois : reprise des activités habituelles Les sports autorisés chez les patients porteurs d'une prothèse totale de hanche sont les sports à faible contrainte, sans pivot contact. D'autre sport peuvent être repris en fonction de l'état du patient. La règle essentielle est de proscrire l'apprentissage d'un nouveau sport. Les sports plus exigeants peuvent être tolérer si la technique est connue et maîtrisée bien avant l'intervention. Les sports d'impact élevé ou à risque de chute sont déconseillés.

Enfin, il faut prévenir le patient des risques d'usure plus importants des inserts en polyéthylène dans une activité sportive intense. La répétition de microchocs peut provoquer une rupture des inserts en céramique. Les activités à impacts élevés sont déconseillés lors de la pose d'une prothèse à couple de frottement en céramique.

Le tableau ci-dessous classe les activités sportive en fonction de leur niveau d'impact

Impacts légers	Impacts intermédiaires	Impacts élevés
Marche sportive	Randonnée	Marathon
Vélo de route	Ski de piste	Football
Natation	Aérobic	Rugby
Golf	Tennis	Sports de combat
Ski de fond		Squash