

Coup dans les côtes. Ce qu'il faut savoir. Quand faire une radio ?

Lorsqu'on reçoit un coup dans les côtes, à cause d'une chute ou d'un choc violent, il est compréhensible que cela suscite des inquiétudes quant au risque d'une éventuelle fêlure ou fracture. Pourtant, en réalité, le diagnostic ne changera en rien la prise en charge et donc, dans la plupart des cas, il n'y a pas lieu de faire une radiographie.

La radiographie comporte-t-elle des risques ?

La radiographie utilise des rayons X (une forme de rayonnement) qui peuvent avoir des effets nocifs sur la santé. De ce fait, elles sont contre-indiquées lors de la grossesse. Il n'est pas recommandé de pratiquer une radiographie pour l'évaluation d'un faux mouvement ou d'une toux, pour une chute ni pour des douleurs imprécises de la poitrine, des côtes ou d'un muscle.

Dans quels cas faire une radiographie ?

Si le médecin soupçonne que vos poumons sont endommagés, il vous demandera de passer une radiographie du thorax et non



pas des côtes. Les radiographies des côtes ne doivent se faire que pour des raisons judiciaires, comme quand il faut établir des rapports de blessures lors de violences physiques, d'abus présumés, d'accidents, etc.

Quand n'est-il pas nécessaire de réaliser une radiographie ?

Qu'il s'agisse d'une fracture ou d'une fêlure, ou tout simplement d'une contusion, le médecin effectue un examen clinique sans examens complémentaires pour s'assurer que les poumons ne sont pas atteints. S'il n'y a pas de problèmes, des médicaments contre la douleur et du repos sont prescrits.

Que peut-on faire pour optimiser la récupération ?

Voici quelques conseils pour vous soulager et améliorer votre confort :

- Appliquez de la glace sur l'endroit douloureux. Vous pouvez l'appliquer pendant 10-20 minutes, trois fois par jour. N'appliquez pas de la glace directement sur la peau. Enveloppez la glace dans une serviette.
- Si vous avez envie d'éternuer ou de respirer profondément, mettez un oreiller sur l'endroit douloureux : vous ressentirez moins de douleur.
- Dormez dans une position confortable pour vous, même sur le côté blessé.
- Évitez les activités à haute intensité, ne soulevez pas des poids et évitez les sports de contact.

Ces renseignements ne sont fournis qu'à titre informatif et ne visent pas à remplacer les conseils de votre médecin. En cas de doutes, adressez-vous à votre médecin ou appelez le 061/Salut Respon.