

Osgood-Schlatter

Qu'est-ce que c'est?

C'est une croissance douloureuse de la saillie de l'os de la jambe (tibia), juste en dessous du genou. C'est l'une des causes les plus communes de douleur des genoux chez les enfants et les adolescents lorsqu'ils ont une croissance rapide et font du sport. Surtout dans les sports où il faut courir et sauter.

Pourquoi se produit-elle?

Cela est probablement dû à un excès de tension des muscles de la face antérieure de la jambe (quadriceps), qui se collent sur le tibia en dessous du genou.

Quelles gênes provoque-t-elle?

L'enfant se plaint de douleur sur ce point. Cela peut varier d'une douleur légère à une douleur qui l'empêcherait de réaliser toute activité sportive. La douleur peut apparaître et disparaître pendant quelques années et, en général, elle disparaît complètement lorsque l'enfant cesse de grandir.

Comment la traiter?

Lorsque la douleur se manifeste, il faut appliquer de la glace sur la zone après le sport.



Il pourrait être également utile de placer une bande qui enveloppe toute la jambe à hauteur du point douloureux. Si la douleur

ne passe pas de cette façon, l'enfant devra alors cesser pendant quelques jours l'activité sportive qui lui provoque la douleur. Si nécessaire, votre médecin prescrira un calmant comme l'aspirine ou l'ibuprofène.

Après quelques jours de repos (quelquefois des semaines) et lorsque la douleur a disparu ou beaucoup diminué, on peut revenir petit à petit à l'activité sportive.

Il faudra renforcer les muscles de la jambe, réaliser des étirements et éviter les entraînements excessifs.



Comment évolue-t-elle?

Au fur et à mesure que votre enfant prendra de l'âge et cessera de grandir par à-coups, les gênes disparaîtront.

Avec le passage du temps, votre enfant continuera à avoir certainement la saillie du tibia plus prononcée au-dessous du genou, mais il n'aura plus de douleur et, sûrement, cela ne lui causera plus jamais de problèmes.