



Semestre 1 – UE 2.4 - Les Muscles, tendons et articulations

1. Les muscles

Les muscles peuvent être touchés par différents types de traumatismes, allant de simples lésions sans rupture jusqu'à des ruptures complètes ou incomplètes des fibres musculaires.

1.1 Traumatismes sans rupture de fibre

- Courbature : douleur musculaire diffuse, apparaissant après un effort inhabituel ou intense
 - Contracture : contraction musculaire involontaire, douloureuse, d'apparition rapide
 - Crampe : contraction brutale, intense et transitoire du muscle
 - Contusion simple : douleur musculaire provoquée par un choc sans lésion profonde
-

1.2 Traumatismes avec rupture musculaire

- Contusion musculaire : écrasement entraînant l'effilochage ou la rupture de quelques fibres
 - Attrition : écrasement plus profond avec atteinte importante du tissu musculaire
 - Rupture musculaire : atteinte plus sévère pouvant aller de l'élongation au claquage ou à la déchirure complète
-



2. Processus de réparation musculaire

La cicatrisation musculaire se déroule en plusieurs phases :

Phase inflammatoire

Réaction initiale avec douleur, œdème et formation d'un hématome.

Phase proliférative

Reconstruction tissulaire avec production de collagène et régénération cellulaire.

La qualité de la cicatrisation dépend de plusieurs facteurs :

- Vascularisation du tissu
- Innervation
- Orientation et traction des fibres musculaires

3. Traitement des lésions musculaires

L'objectif principal est de limiter l'hématome et de favoriser la cicatrisation.

Prise en charge initiale :

- Cryothérapie
- Compression
- Ponction sous échographie si hématome important
- Chirurgie dans certains cas sévères

Rééducation :

- Repos
- Massage adapté
- Traitement anti-inflammatoire



- Rééducation progressive
-

4. Complications musculaires

Les complications possibles sont :

- Modification du galbe musculaire
 - Formation de nodules fibreux
 - Formation de kystes par encapsulation d'un hématome
 - Amyotrophie (perte de masse musculaire)
 - Nécrose musculaire dans les cas graves
-

5. Les tendons

Définition

Les tendons sont des structures fibreuses reliant les muscles aux os. Ils assurent la transmission de la force musculaire pour produire le mouvement.

Clinique des lésions tendineuses

Les atteintes tendineuses peuvent entraîner :

- Rétraction musculaire
 - Perte de mobilité active
 - Diminution de la force musculaire
-



Tendinite

La tendinite est une inflammation du tendon, généralement liée à des microtraumatismes répétés ou à une surutilisation.

6. Les articulations

6.1 Entorse

L'entorse correspond à un traumatisme des ligaments.

Elle peut être :

- Bénigne : simple étirement ou distension ligamentaire
- Grave : déchirure ou rupture ligamentaire

Signes cliniques :

- Douleur articulaire
- Impotence fonctionnelle
- Œdème
- Épanchement articulaire
- Douleur à la palpation
- Recherche de laxité ligamentaire

Complications :

- Instabilité articulaire
- Douleurs chroniques
- Arthrose secondaire
- Présence possible de fragments ostéochondraux en cas d'arrachement osseux



Traitement :

- Traitement fonctionnel
 - Immobilisation orthopédique
 - Chirurgie dans les formes graves
-

6.2 Luxation

La luxation correspond à une perte complète de contact entre les surfaces articulaires, entraînant une perte des rapports anatomiques normaux.

Complications des luxations :

- Complications vasculaires
 - Complications nerveuses
 - Lésions cutanées
 - Atteintes osseuses
 - Lésions tendineuses
 - Arthrose secondaire
-

Rappel sur les ligaments

Un ligament est une bande de tissu conjonctif fibreux et élastique, de couleur blanchâtre. Il relie les os entre eux au niveau d'une articulation et assure la stabilité articulaire.



7. Lésions cartilagineuses

Les lésions du cartilage concernent l'atteinte du tissu articulaire, pouvant entraîner une dégradation progressive de l'articulation et favoriser l'apparition d'arthrose.