

# SYNDROME ROTULIEN

## Qu'est ce que c'est ?

**C'est une atteinte du genou et plus particulièrement de la rotule.**

C'est une douleur de la face antérieure du genou, intervenant sur un cartilage rotulien qui n'est pas normal.

Le syndrome rotulien intervient soit de manière spontanée sans trouble anatomique, soit dans le cadre d'une instabilité rotulienne.

**C'est la douleur du genou qui est au centre de la symptomatologie.**

Fréquent chez les jeunes filles aux alentours de 16 ans, avec souvent une hyper laxité ligamentaire le syndrome rotulien se manifeste par une douleur souvent présente sur les deux genoux.

Cette douleur est plus importante lorsqu'on descend des escaliers et ou lors de mouvements de flexion en charge ou encore en position assise prolongée (signe du cinéma).

Des radiographies à différents degrés de flexion peuvent mettre en évidence une bascule. Le scanner rotulien, en cas d'échec du traitement kinésithérapique ou d'instabilité rotulienne, permet de mieux étudier toutes les anomalies de forme et de position de la rotule.

L'évolution est longue et peut se prolonger sur un an.

**Le sport est le principal responsable du syndrome rotulien.**

Tous les sports où on retrouve une flexion du genou en charge prédisposent à une souffrance rotulienne :

- ski, vélo, step, squatts, course ou randonnée en descente...
- musculation sur presse,
- Un trouble statique du pied peut prédisposer à l'apparition de ce syndrome.

**Le traitement associe avant tout le repos et la rééducation.**

- D'abord le repos sportif complet poursuivi si la douleur persiste. Il peut ensuite être limité à limité aux sports à risque.

- Un traitement anti-inflammatoires non stéroïdiens lors des poussées douloureuses.

- Genouillère rotulienne, notamment pour les activités sportives.

- Rééducation adaptée, différente selon que l'atteinte intervient sur une instabilité rotulienne ou sans trouble anatomique.

- Un trouble statique du pied mérite d'être compensé par des semelles adaptées dans les chaussures de sport.

- La chirurgie sera proposée dans le cadre de formes rebelles, après échec du traitement d'un programme de rééducation. Elle vise essentiellement à recentrer la rotule dans les formes avec instabilité.

<http://sante.lefigaro.fr>