SYNDROME DE LA BANDELETTE ILIO-TIBIALE

- OU TENDINOPATHIE DU TFL OU
- "SYNDRÔME DE L'ESSUIE-GLACE"

- SFMSS 10/02/24

- Jean-Pierre Castiaux

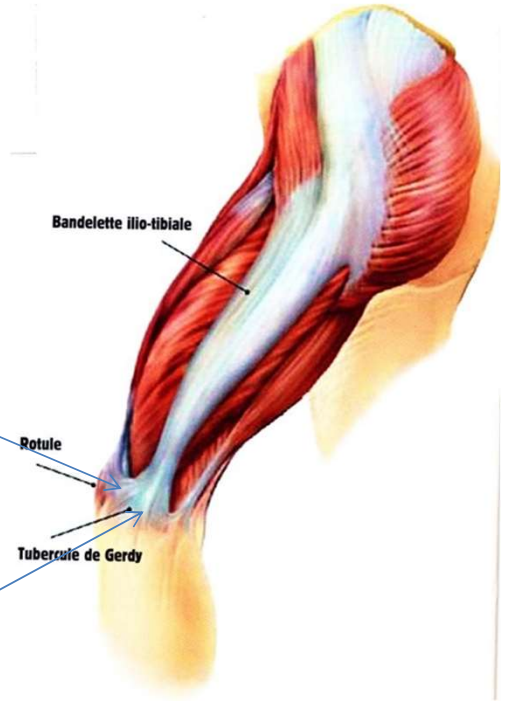
TRACTUS ILIO-TIBIAL

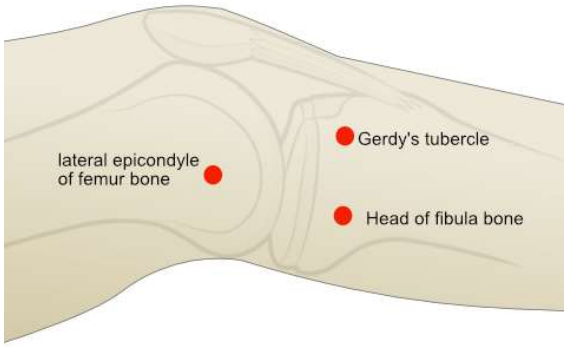
- Tractus ilio-tibial :

  - fibres ant liées à l'aileron pat lat et au bord lat patella ⟹ syndr sublux lat rotule

  Tractus ilio-tibial :

  - fibres post. s'insèrent au tuberculum ilio-tibialis et biceps fémoral ⟹ rôle de stabilisateur





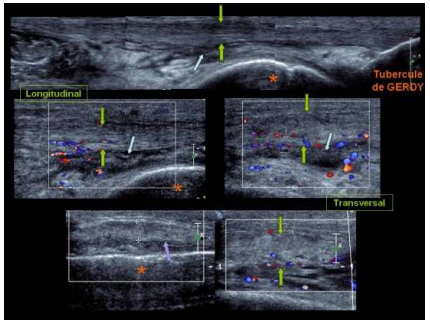
Syndrôme de la friction de la bandelette ilio-tibiale

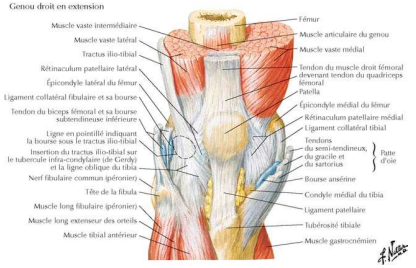
- Coureurs à pied +++

  foot, cyclisme, ski,…

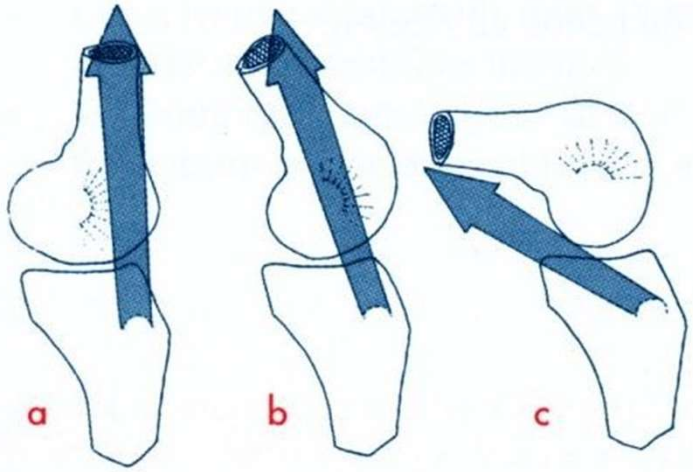
Compression/ tension ou **friction** entre la partie post de la bandelette ilio-tibiale et le condyle femoral latéral (tendinite ?)

espace entre le bandelette et le tubercule d Gerdy est occupé une extension de la capsule+ recessus synovial latéral= **interface**





Bursite



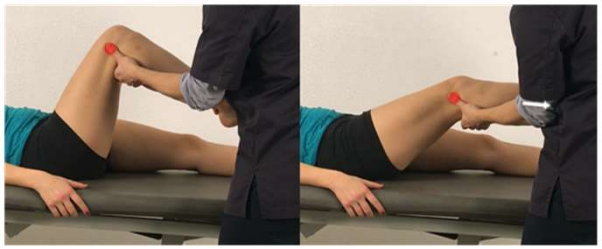
Extension 40° de flexion 90° de flexion

Mécanisme du syndrome de la bandelette ilio-tibiale.

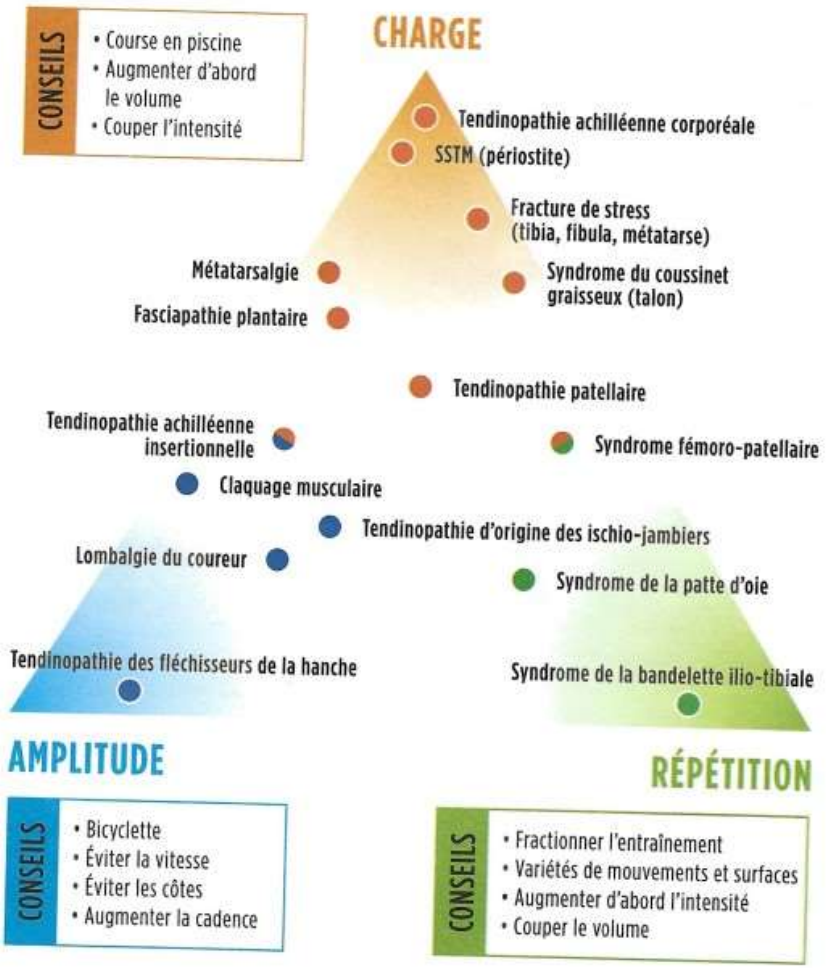
DIAGNOSTIC

- Anamnèse : entraînement excessif ou irrégulier
- Douleur précise et liée à la flexion répétitive surtout dans les 30° de flexion soit vie sportive et/ou vie courante

- Palpation+ avec douleur et/ou crépitation
- Test de Noble- Test de Renne- -test d'Ober

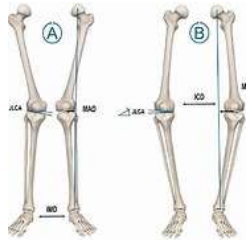


TYPES DE BLESSURES SELON LE STRESS APPLIQUÉ



Facteurs favorisants

- Technopathie pure: sol, chaussure, technique de course, profil du terrain,…
- Troubles morphologiques : ILMI, podologiques, genu varum/ valgum…
- Raideur musculaire ou dysfonctionnement articulaire du bassin (ratioABD/ADD), de la cheville
- Anomalies des plis et des recessus synoviaux, graisse



Diagnostics differentiels

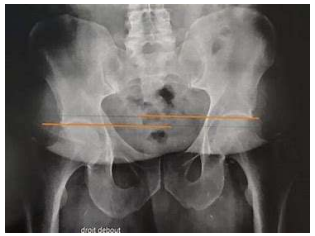
- Instabilité fémoro-patellaire
- Tendinopathie biceps fémoral, poplité
- Dysfonction de la tibio-fibulaire sup
- Atteine du LCL
- Lesions chondrales
- Lesions méniscales
- Kyste arthro-synovial

TRAITEMENT

EXAMENS COMPLEMENTAIRES

RX : bassin – scaniométrie

ECHO : bursite



IRM ou CTA : bilan articulaire

- REPOS relatif (fréquence-répétitions) AINS?
- LOCAL : glace, gel, mésothérapie, infiltration
- KINESITHERAPIE, REEDUCATION
- BILAN PODOLOGIQUE DYNAMIQUE
- CHIRURGIE rare

Merci pour votre attention