



Cure de hernie discale chez le sportif

- Le devenir à moyen terme du sportif opéré?
- Les délais de reprise du sport?
- Sur quels critères autoriser la reprise du sport?



Population

- 28 dossiers
- Sportifs compétiteurs
- Niveau $>$ ou $=$ régional
- Hospitalisés au CERS dans les 3 mois suivant une cure de hernie discale



Population

- Critères d'exclusion :
 - délai d'hospitalisation post-opératoire > 90 jours
 - déficit neurologique
 - âge > 50 ans
 - arthrodèse associée à la discectomie



Méthode

- Etude rétrospective
- Patients interrogés par questionnaire :
 - douleur EVN de 0 à 10?
 - récupération des capacités physiques antérieures sur EVN de 0 à 10?
 - délais de reprise de l'entraînement et de la compétition?
 - niveau de reprise?
- Relance téléphonique si nécessaire



Résultats

- 20 retours de questionnaire (71% de réponses)
- 1 basketteur international dont le devenir, en terme de reprise du sport, est connu de nous par les médias
- Age moyen : 29.8 ans (+/- 6.8)
- 19 de sexe masculin, 2 de sexe féminin



Résultats

- Répartition selon le niveau sportif :
 - international : 2
 - national : 11
 - régional : 4
 - métier du sport : 4



Résultats

- Répartition selon le type de sport pratiqué :
 - Sports avec contact : *Rugby (6), Foot (5), Basket (3), Kun-fu (1)*
 - Sports sans contact : *Ski (2), Fitness (1), Pelote (1), Moto (1), Arbitre de rugby (1)*



Résultats

- Type d 'intervention :
 - 16 discectomies conventionnelles
 - 5 micro-discectomies
- Délai moyen d 'admission au CERS : 38 jours E.T.
= 26 (4 - 85).
- Durée moyenne d 'hospitalisation : 25.2 jours E.T.
= 6.1
- Recul moyen depuis l 'intervention : 16.3 mois E.T.
= 6.27



Résultats

- Topographie lésionnelle :

– L3-L4 : 1 cas

– L4-L5 : 9 cas

– L5-S1 : 10 cas

– L5S1 et L2-L3 : 1 cas

Total :

21 cas



Résultats : douleur

- Douleur moyenne durant l'hospitalisation au CERS :
 - début de séjour : EVN = 2.32 +/- 2.36
 - fin de séjour : EVN = 1.23 +/- 1.8
- Douleur moyenne au moment de l'enquête: EVN = 2.5 +/- 2.18
- 30 % des patients seulement n'éprouvent aucune douleur au moment de l'enquête



Résultats : Reprise du sport

- 19 patients (90%) ont repris le sport
- 18 patients (85%) ont repris la compétition
- 2 patients (10%) n 'ont pas repris le sport



Résultats : Délais de reprise

- Entraînement : 133.3 jours +/- 57 (60 - 281)
- Compétition : 175 jours +/- 60 (100 - 286),
- 11 sportifs (52%) ont repris la compétition dans les 6 mois.



Résultats: Niveau de reprise

- Niveau antérieur : 10 (48%)
- Baisse de niveau : 7 (33%)
- Changement de sport : 2 (9.5%)
- Arrêt du sport : 2 (9.5%)

Résultats : Niveau sportif et douleur résiduelle



- I - Niveau antérieur (9 sportifs) : EVN = 1.94 +/- 2.29
- II - Baisse de niveau (5 sportifs) : EVN = 3.2 +/- 1.3
- III - Arrêt ou changement de sport : EVN = 4.9 +/- 2.5

*Différence significative entre I et III
($p = 0.044$)*



Résultats : Capacité de reprise sportive post-opératoire (CRSP)

- CRSP (*De Lécluse : JTS 1999*)
 - 0 : activité sportive impossible
 - 10 : capacités sportives antérieures
- CRSP moyen = 7.1 +/- 2
- Si douleur = 0 (N = 6) : CRSP = 8.3 +/- 2
- Si douleur > ou = 3 (N = 9) : CRSP = 6.5 +/- 1.8

Différence non significative (p = 0.092)



Résultat : Douleur et devenir

	Douleur à court terme ≥ 3	Douleur à court terme < 3	
Nombre de cas	5	16	
Délai post-opératoire (jours)	58 +/- 26	64 +/- 28	
Douleur moyenne à court terme	4.92 +/- 1.23	0.37 +/- 0.66	P = 0.0001
Recul au moment de l'enquête (jours)	652 +/- 144	470 +/- 175	
Douleur moyenne au moment de l'enquête	4.12 +/- 1.75	1.96 +/- 2.14	P = 0.055
RCPS	5.3 +/- 1.6	7.7 +/- 1.8	P = 0.0165



Résultats : Douleur et devenir

	Douleur à court terme ≥ 3	Douleur à court terme < 3
Nombre de cas	5	16
Niveau antérieur	1 (20%)	9 (56%)
Baisse de niveau	1	2 (sans rapport avec l'histoire discale)
Changement	1	1
Arrêt du sport	2	0

P = 0,7

Résultats : antécédent de chirurgie discale et devenir



- 3 cas
- Reprise de l'entraînement : 148 ± 88 (contre 131 ± 52 , *NS* : $p = 0.64$)
- Reprise de la compétition : 223 ± 66 (contre 169 ± 54 , *NS* : $p = 0.15$)
- CRSP = 6.66 ± 1.5 (contre 7.06 ± 2.25 , *NS* : $p = 0.74$)
- Douleur : EVN = 1 ± 1.7 (contre 2.64 ± 2.28 , *NS* : $p = 0.25$)



Discussion : la rééducation

- Skall (1994): supériorité d'une RF intensive pendant 6 sem vs RF traditionnelle douce
- Kjellby-Wendt (1998) : intérêt d'une rééducation précoce après discectomie sur les résultats à courts terme (3 mois)
- Dolan (2000) : le bénéfice d'une rééducation précoce (6ème sem) se maintient à long terme (12 mois)

Discussion : Le protocole de rééducation



- Phase de cicatrisation
- Phase de récupération des qualités analytiques du rachis
- Phase de préparation au retour sur le terrain



Données de la littérature : Âge

	De Lécluse et coll	Wang et coll	Mundt et coll	Savalli et coll
Population	Sportifs compétiteurs	Sportifs compétiteurs	Sportifs	Sportifs compétiteurs
Âge	28	20.7	37	29.8



Données de la littérature :

Niveau de la lésion

- Comme De Lécluse répartition équivalente entre L5-S1 et L4-L5
- Pour certains auteurs le niveau L5-S1 serait plus souvent atteint
- Hyper-sollicitation de la charnière lombosacrée chez le sportif

Données de la littérature :



reprise du sport

Auteurs	Intervention	Niveau sportif	Reprise sport/compétition		Délai Sport/compétition
De Lécluse et coll	Micro-discectomie	Compétiteurs N = 10	90%	50%	90 jours/165 jours
Matsunaga et coll	Discectomie	Compétiteurs N = 11		81%	119 jours
Sakou et coll	Nucléotomie	Compétiteurs N = 13	77%		123 jours
Novillo et coll	Nucléotomie	Compétiteurs N= 10	90%		120 jours
Savalli et coll	Discectomie Micro-discectomie	Compétiteurs N= 21	90%	85%	133 jours/175jours

⋮
⋮
⋮

Données de la littérature :

délai de reprise du sport



- Discectomie conventionnelle versus micro-chirurgie ?
- Nucléotomie percutanée :
 - disque continent non dégénératif
 - reprise plus rapide (Cooney 1993, Matsunaga 1993)
 - taux de récurrence plus élevé (Sakou 1993, Zaharawi 1974)

Critères de reprise du sport après discectomie



- Délais de cicatrisation
- Aucune limitation fonctionnelle au quotidien
- Récupération des qualités analytiques du rachis
 - mobilité rachidienne
 - souplesse musculaire sous pelvienne
 - récupération musculaire du tronc
 - reconditionnement cardio-vasculaire

Critères de reprise du sport après discectomie



- Le niveau sportif, et l 'enjeu
- Nature du sport pratiqué +++
 - contact / sans contact
 - contraignant / non contraignant
- La persistance de douleur



Conclusion

- Reprise du sport dans 90% des cas
- Reprise de la compétition dans 85% des cas
- 1 sportif opéré sur 2 revient à son niveau antérieur
- Le délai de reprise du sport se situe vers le 4ème mois
- Une douleur à court terme $>$ ou $=$ 3 semble constituer un facteur de mauvais pronostic