



Bandages actifs

En cas de lésions de l'appareil locomoteur, des moyens auxiliaires externes tels que les bandages et les orthèses soutiennent le processus de guérison. Les bandages actifs stabilisent tout en favorisant la mobilité.

TEXTE: RÉDACTION

Les lésions articulaires ne surviennent pas seulement dans le sport. Un faux mouvement au quotidien, un trébuchement, un faux pas ou une chute peuvent également entraîner une distension ou une rupture des ligaments, voire des lésions des ménisques. De même, les ménisques du genou peuvent se déchirer (partiellement ou totalement). Les zones touchées peuvent devenir douloureuses et enfler, rendant les articulations instables.

Orthèses

Les orthèses soutiennent la fonction mécanique d'une partie du corps. Elles agissent notamment sur les désaxations, limitent ou améliorent la mobilité articulaire en cas d'instabilité, réduisent les contraintes tissulaires et préviennent les mauvaises postures. Leur efficacité repose surtout sur la stabilité du matériau utilisé. Les orthèses sont prescrites par un médecin et adaptées par du personnel formé. Elles sont typiquement utilisées

pour le genou après une rupture des ligaments croisés ou en cas d'arthrose avancée, pour la cheville après une entorse avec déchirure ligamentaire, ainsi que pour soulager le poignet en cas de syndrome du canal carpien.

Bandages adhésifs et bandages

Les bandages adhésifs peuvent remplir trois fonctions différentes: soutenir l'appareil capsulo-ligamentaire d'une articulation (augmentation), améliorer la perception corporelle (proprioception) et prévenir les gonflements par compression.

En orthopédie, en médecine du sport et en chirurgie traumatologique, ces bandages adhésifs sont utilisés à des fins tant thérapeutiques que préventives, par exemple pour prévenir une distension excessive des ligaments.

Les bandages enroulés et adhésifs sont très efficaces et s'ajustent idéalement. Il est toutefois difficile pour les profanes de les poser eux-mêmes, car cela exige des connaissances médicales et de la pratique. D'où la mise au point de «bandages prêts à l'emploi» modernes. Ces bandages actifs se posent facilement, égalent en efficacité un bandage professionnel et offrent d'autres avantages.

Bandages actifs modernes

Le Prof. Dr Heinrich Hess, médecin du sport et long-temps médecin de l'équipe nationale allemande, a formulé à la fin des années 1970 le principe de la thérapie fonctionnelle. Il a constaté que les lésions articulaires et ligamentaires de sportifs professionnels guérissaient plus vite sous bandage de compression élastique et rembourré, à charge dosée et mouvement contrôlé, plutôt que sous immobilisation complète par bandage rigide.

Les premiers bandages actifs modernes, mis au point par Heinrich Hess en collaboration avec l'ingénieur textile Hans B. Bauerfeind, ont été lancés sur le marché en 1981. Depuis lors, ils n'ont cessé d'être perfectionnés.

Les bandages actifs sont constitués d'un tricot extensible, tridimensionnel et anatomique, ainsi que d'inserts élastiques, les pelotes, en silicone ou en matériau viscoélastique. Ils assurent d'une part une stabilisation mécanique et préviennent les faux mouvements, et agissent d'autre part par un massage à pression alternée.

Ce massage stimule les récepteurs cutanés qui régissent la perception propre de l'appareil locomoteur. Comme les propriocepteurs soutiennent la sensomotricité du corps, cela active les muscles et leur commande, et améliore la stabilité.

Comme le massage stimule en outre les récepteurs de pression, la perception de la douleur s'en trouve atténuée, la sensation de pression détournant l'attention de la douleur (théorie du portillon).

Le massage à pression alternée améliore la circulation sanguine, accélère le métabolisme et stimule le flux lymphatique, favorisant ainsi le processus de guérison.

En Suisse, les bandages peuvent être achetés sans ordonnance en pharmacie ou dans les magasins spécialisés en orthopédie. Toutefois, pour une prise en charge des coûts par l'assurance-maladie ou une assurance, une prescription médicale est nécessaire, ainsi que, souvent, un conseil et une prise de mesures en magasin spécialisé.

Dans les prochaines éditions, vous découvrirez des articles détaillés consacrés au genou et à la cheville. <

Sources

wikipedia.org, bauerfeind.ch, insole.ch

ORTHOPÉDIE

BAUERFEIND MOVES
AVEC BANDAGES ACTIFS ET
ORTHÈSES DE STABILISATION

→ BAUERFEIND.CH

