

TENDINITE DU MOYEN FESSIER

Docteur François Prigent

- Le muscle moyen fessier joue un rôle important en station debout et lors de la marche. Son tendon est la partie fibreuse qui le relie à l'os. Il s'insère à l'extérieur de la hanche, sur une protubérance osseuse située à la partie haute du fémur : le Grand Trochanter.

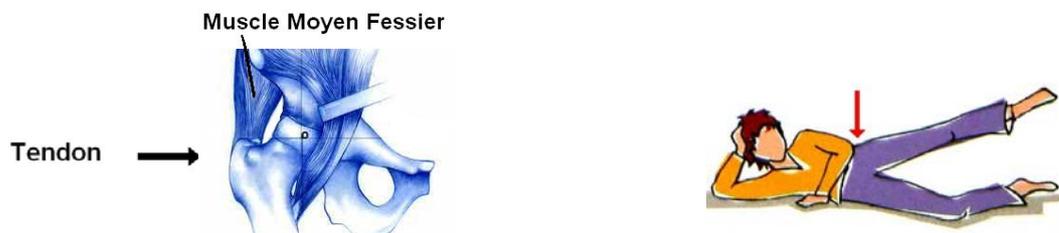
SYMPTOMES

La tendinite du moyen fessier correspond à l'inflammation du tendon et de sa gaine. Elle s'observe souvent chez le sujet âgé mais peut atteindre l'adulte jeune.



La tendinite du moyen fessier se traduit par une douleur au niveau du grand trochanter, dans la zone d'attache du tendon, pouvant irradier vers la face externe de la cuisse. Cette douleur peut être une simple gêne, mais le plus souvent elle est très invalidante à la marche et augmente dans les escaliers et quand on se lève.

Le diagnostic de tendinite est confirmé par la douleur à la palpation, à la contraction et à l'étirement. Un test simple peut être pratiqué : le patient est couché sur le côté opposé. La douleur externe est reproduite lorsqu'il lui est demandé d'élever la jambe latéralement vers le haut : abduction forcée.



Les douleurs de tendinite sont parfois confondues avec une arthrose de la hanche ou une atteinte nerveuse d'origine lombaire, surtout sciatique.

Toutefois, contrairement à l'arthrose, l'articulation de la hanche reste souple et indolore lors de la mobilisation et, contrairement aux douleurs nerveuses, l'examen du rachis lombaire est normal.

RADIOGRAPHIE

La radiographie est normale ou montre parfois une calcification au niveau du grand trochanter. Cet examen permet d'éliminer une pathologie articulaire de la hanche : arthrose, ostéonécrose ...

TRAITEMENT

La tendinite peut être traitée par massages et physiothérapie.

Mais en pratique le traitement le plus efficace est l'infiltration locale de corticoïdes bien ciblée sur le point douloureux. Parfois celle-ci peut être répétée afin de compléter l'effet de la première injection.

« À la suite de ce traitement, si vous avez l'impression de revenir à la case départ c'est qu'il existe une cause favorisante non prise en charge ou qu'il s'agit d'un autre type de douleur projetée.

Il faut alors reconsulter votre médecin et rechercher une autre cause de douleur de la hanche.