

Fixation des fractures à la cheville

Image utilisée avec l'autorisation de Wright Medical Technologies



De quoi s'agit-il?

La cheville est une articulation charnière composée de trois os, soit le tibia, le péroné (l'autre os de la jambe) et l'astragale, c'est-à-dire l'os de la cheville, situé sur le dessus du pied. La plupart des fractures à la cheville sont dues à la force de torsion. Les os cassés peuvent demeurer en place (fracture sans déplacement) ou bouger (fracture déplacée). Et, quand il y a fracture, les ligaments qui gardent habituellement la cheville en place peuvent aussi être endommagés.

Pourquoi est-ce problématique?

L'articulation tibiotarsienne (de la cheville) assure la stabilité et la mobilité : si elle est fracturée, ces deux fonctions essentielles peuvent être compromises. Une fracture, même petite, qui n'est pas traitée ou mal réparée peut causer de l'arthrite à la cheville.

Interventions chirurgicales

Le type d'interventions dépend du type de fractures (déplacée ou sans déplacement) et de la probabilité qu'elle reste en place et que la cheville soit pleinement fonctionnelle. L'orthopédiste peut vous fournir plus de détails sur votre chirurgie ou traitement. Une fracture instable nécessite habituellement une intervention chirurgicale. Une fracture déplacée implique le réalignement des os de sorte que l'articulation soit la plus normale possible. Les os de la cheville sont ensuite maintenus en place avec des plaques et des vis le temps de guérir.

Ce ne sont toutefois pas toutes les fractures qui nécessitent une intervention chirurgicale. En effet, le réalignement peut parfois se faire par manipulation. Les os sont ensuite maintenus en place grâce à un plâtre.

Rétablissement

Que vous subissiez ou non une chirurgie, vous devrez protéger la fracture par immobilisation, ce qui veut dire qu'il faudra jusqu'à six semaines avant que vous puissiez vous porter sur la cheville. Cette période d'immobilisation cause souvent de la douleur, de la raideur, de la faiblesse et de l'enflure. Il est important de travailler progressivement à votre retour à la mobilité, et ce, dès que possible. L'orthopédiste discutera avec vous de la réadaptation et pourrait vous recommander de commencer par de la physiothérapie.

Il n'est pas rare de perdre de l'amplitude après une fracture à la cheville, surtout dans les mouvements vers le haut. Bien que cette perte soit permanente, la majorité des gens arrivent heureusement à regagner une amplitude fonctionnelle, ce qui veut dire qu'ils peuvent effectuer la plupart des activités après une guérison complète.

Une fois enflure résorbée, les plaques et vis de fixation peuvent devenir saillantes et frotter contre votre chaussure. Si c'est le cas, elles pourraient devoir être enlevées. Sinon, vous pouvez les garder toute votre vie.

Même si la majorité des gens se remettent complètement d'une fracture de la cheville, certains souffrent éventuellement d'arthrite, selon la gravité de la fracture et l'ampleur des dommages aux cartilages au moment de la blessure. Chaque fracture est unique. Vous devriez donc discuter de la vôtre avec l'orthopédiste afin de savoir à quoi vous attendre.

Pour plus de renseignements : La Fondation Canadienne d'Orthopédie offre gratuitement le document *Chirurgie au pied ou à la cheville – La planification pour des résultats optimaux*, dans lequel on trouve différents renseignements, entre autres sur la façon de se préparer à une chirurgie et sur le suivi des complications, de même qu'un journal pour y noter ses progrès, et bien plus encore. Pour y accéder, consultez le site www.movepainfree.org/fr pour en télécharger une copie.

