

Je me renseigne sur l'algodystrophie

Dr.Slaouti Siham

Adresse du site : www.docvadis.fr/siham-slaouti



Validé par
le Comité Scientifique Neurologie

L'algodystrophie est caractérisée par l'apparition de douleurs importantes au niveau ou près des articulations, à la suite généralement d'un traumatisme physique tel qu'une fracture ou une intervention chirurgicale. Le plus souvent elle disparaît spontanément ou sous traitement après plusieurs mois.

Qu'est-ce qu'une algodystrophie ?

L'algodystrophie associe une douleur importante à des troubles vasomoteurs (rougeur, sudation, œdème...) au niveau d'un membre. Elle est appelée syndrome douloureux régional complexe (SDRC) par les spécialistes. Il existe deux types de SDRC, le type 1, sans lésion nerveuse, et le type 2, caractérisé par l'endommagement d'un nerf. Nous décrivons ici le syndrome douloureux régional complexe de type 1, en utilisant cependant le terme d'algodystrophie qui est le plus commun.

Quels sont les signes de l'algodystrophie ?

Les signes évoluent typiquement en deux phases :

Une phase dite chaude : Une douleur intense est présente même au repos. La peau de la zone atteinte change d'aspect, devient rouge ou violacée, suante, chaude, hypersensible au chaud, au froid ou au toucher, et présente généralement un œdème. Ce stade dure de quelques jours à plusieurs mois.

Une phase dite froide : La peau est froide, pâle ou bleutée. La douleur est ressentie lorsque l'on bouge

l'articulation. Des poils poussent parfois sur la peau et l'articulation devient raide, entraînant, par exemple, une flexion permanente des doigts ou une déformation du pied. Ces symptômes sont susceptibles de subsister plus d'un an.

Parfois, on observe une troisième phase caractérisée par l'apparition de séquelles (raideurs articulaires, déformations ou atrophie des muscles). Celle-ci ne concerne néanmoins qu'une petite minorité de cas et les séquelles sont rarement invalidantes.

Dans la grande majorité des cas, on obtient une guérison complète, sans séquelle, après 6 à 24 mois.

Quelles en sont les causes ?

L'algodystrophie est une maladie complexe dont les causes précises sont encore inconnues.

Elle est souvent liée à un traumatisme physique. Elle se manifeste ainsi souvent dans les jours ou les semaines qui suivent une fracture, une entorse, une luxation, une contusion, une immobilisation plâtrée ou une intervention chirurgicale. Il n'y a pas de lien entre la gravité de la lésion initiale et son développement ou son intensité. La douleur peut déborder de la zone lésée et s'étendre à l'ensemble du membre, ou être ressentie à distance de celle-ci, par exemple au niveau du pied ou d'un orteil après une lésion du genou, ou de la main ou du poignet après une lésion du coude.

Très exceptionnellement, elle est observée en présence d'une maladie générale comme une hémiplégie, une maladie de Parkinson, un diabète, un infarctus du myocarde ou une pathologie cancéreuse. Elle peut également faire suite à la prise de certains médicaments.

Néanmoins, dans de nombreux cas, le facteur déclenchant n'est pas évident. Elle pourrait être favorisée par une personnalité anxieuse ou stressée.

Comment pose-t-on le diagnostic ?

Votre généraliste vous adressera si nécessaire à un spécialiste, rhumatologue, neurologue ou médecin spécialisé dans le traitement de la douleur (algologue).

Le diagnostic est essentiellement clinique. L'affection n'entraîne pas d'anomalie biologique et aucun examen biologique n'est indispensable. En revanche, le médecin vous prescrira éventuellement, dans un premier temps, une radiographie et, si nécessaire, une scintigraphie osseuse ou une IRM, en cas de difficulté importante de diagnostic. Il arrive que les examens soient normaux alors qu'une algodystrophie est confirmée cliniquement.

Quelle sera la prise en charge?

Il est important en premier lieu de se reposer et de réduire la pression sur le membre, notamment si le membre inférieur est concerné.

Le traitement repose principalement sur une rééducation douce afin notamment d'entretenir la mobilité de vos articulations et prévenir l'apparition de rétractations. La rééducation doit être indolore, des mobilisations trop importantes et douloureuses étant susceptibles d'aggraver la maladie. Votre médecin vous adressera pour cela à un centre de kinésithérapie.

Afin de calmer la douleur, votre médecin vous prescrira, en règle générale, des antalgiques. La calcitonine a été proposée pendant de nombreuses années mais son efficacité n'est plus validée aujourd'hui.

Si votre maladie dure depuis longtemps ou a un impact important, votre médecin peut prendre la décision de vous orienter vers un centre antidouleur pour une prise en charge pluridisciplinaire comportant des traitements médicamenteux, des traitements physiques et des méthodes psychothérapeutiques ou de relaxation (thérapie cognitivo-comportementale, sophrologie...). Celles-ci soulageront votre douleur en vous apprenant à contrôler vos pensées négatives et votre stress.

La prévention de l'algodystrophie est essentielle. Elle implique une prise en charge de la douleur dès qu'elle est ressentie après un traumatisme physique comme une entorse ou une fracture. Signalez-la à votre médecin traitant ou à l'équipe médicale qui vous a pris en charge.