

Ma lésion aux ménisques peut-elle provoquer de l'arthrose du genou ?

Docteur Laurence SANTINI-GARCIA

Adresse du site : www.docvadis.fr/laurence-santini



Validé par

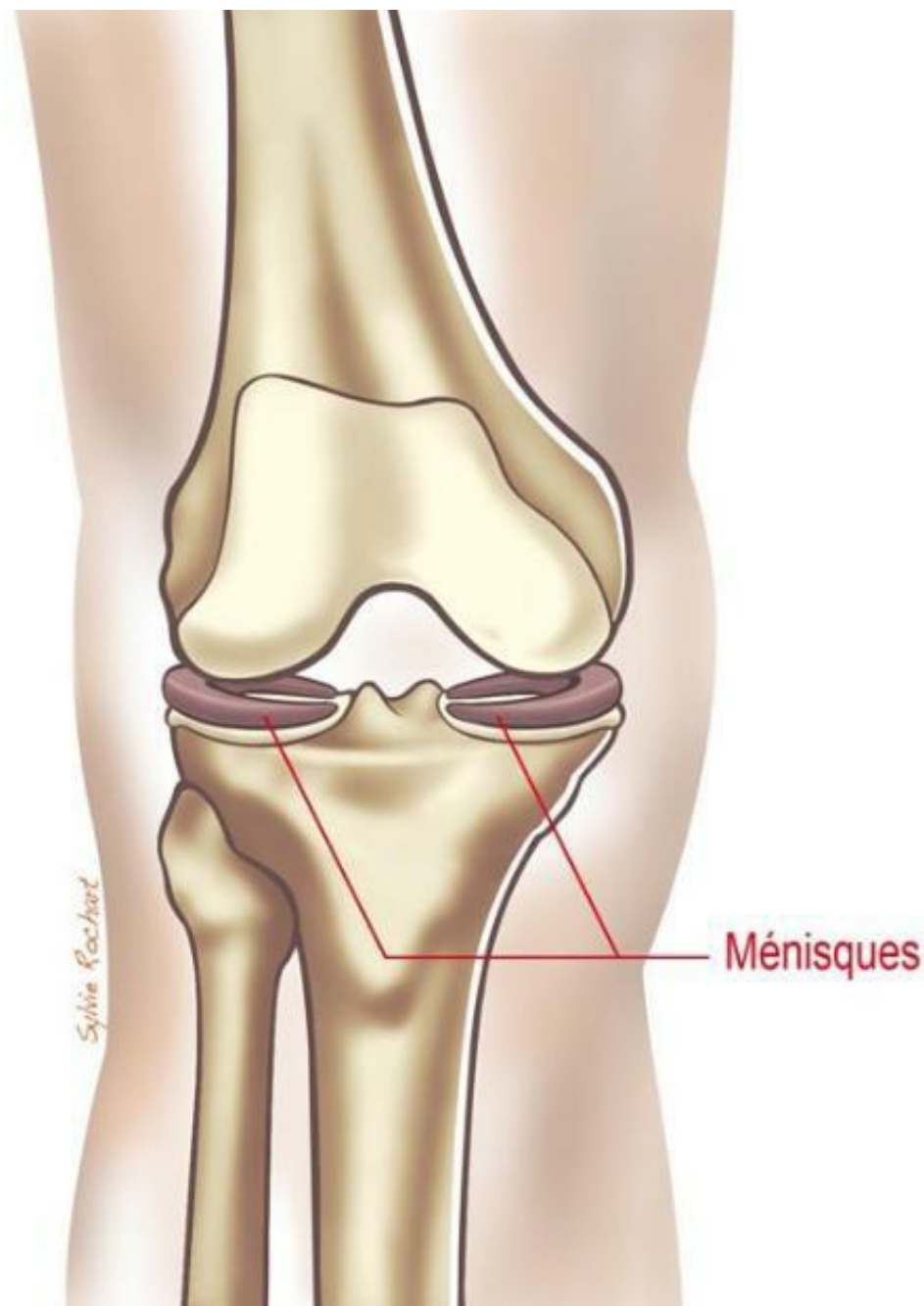
le Comité Scientifique Rhumatologie

Les lésions du ménisque augmentent le risque de souffrir d'arthrose du genou. Leur prise en charge chirurgicale n'est pas non plus sans conséquence.

Qu'est-ce qu'un ménisque ?

Les ménisques sont les cartilages situés entre le fémur et le tibia. Il y en a 2 par genou. Ils jouent un rôle très important d'amortisseur et de cale entre ces 2 os. Ils stabilisent le genou. Tout le poids du corps repose sur les ménisques. Ils sont donc très sollicités, lorsque vous marchez, vous courez, vous vous relevez...

Légende : visualisation des ménisques



Légende : visualisation des ménisques

Quelles sont les conséquences d'une affection du ménisque ?

Ils peuvent se déchirer lors d'un mouvement brusque, d'un coup, d'une chute. Cette déchirure entraîne des douleurs, notamment à la palpation de la zone méniscale atteinte. Parfois, la lésion peut bloquer complètement le genou. A un âge avancé, les ménisques peuvent aussi être le siège d'une simple dégénérescence sans véritable déchirure. Par ailleurs, un « tissu », la synoviale, tapisse l'intérieur de l'articulation. Il sécrète le « liquide synovial » qui lubrifie le cartilage. Lors d'une inflammation ou d'une pathologie du ménisque, il se produit une augmentation de la quantité de liquide synovial. C'est « l'épanchement de synovie ».

Quels sont les traitements d'une déchirure du ménisque ?

Si le genou se bloque fréquemment ou si la douleur est très intense, une opération chirurgicale peut être envisagée après confirmation de la lésion méniscale par un contrôle IRM. Néanmoins, si la gêne et la douleur ne sont pas trop importantes, il est recommandé de laisser le ménisque se réparer de lui-même sans intervention particulière. Un traitement contre l'inflammation et la douleur peut alors suffire. Si les ménisques sont le siège d'une dégénérescence sans véritable déchirure, le traitement doit également rester médicamenteux. Une rééducation de l'équilibre dite "proprioceptive" qui stimule tout le dispositif articulaire et musculo-ligamentaire à l'origine du maintien de notre équilibre peut être suivie. Elle permet de rétablir les réflexes de posture protégeant les articulations et retarde l'évolution arthrosique.

Y a-t-il un lien entre déchirure du ménisque et arthrose du genou ?

Une déchirure d'un ménisque, notamment lorsqu'on est jeune, augmente le risque de souffrir d'arthrose du genou. Mais attention, ce risque est encore plus important après une opération du ménisque. C'est la raison pour laquelle l'opération n'est indiquée que si la douleur et la gêne sont vraiment très importantes.

Le traitement chirurgical d'une déchirure du ménisque augmente le risque d'arthrose du genou. L'opération ne doit être envisagée que si la gêne et la douleur sont trop invalidantes. Elle nécessite une bonne concertation entre le médecin et le chirurgien pour en évaluer les avantages et les inconvénients.