

LE SYNDROME DE « TORSION » DU MEDIO-PIED
Kowalski C., Retinne, Médecine et chirurgie du pied.

Il s'agit d'une entité clinique particulière rencontrée dans la deuxième moitié de la vie.

Le cas clinique suivant illustre ce syndrome :

Une dame de 71 ans effectue tous les dimanches une marche de 20 kms.

Un jour en forêt, elle ressent une douleur brutale dans le médio pied gauche qu'elle décrit comme un coup de poignard. Elle est incapable de marcher et on doit la ramener chez elle.

L'examen clinique met en évidence une douleur localisée à la face dorsale du médio pied. La prosupination de l'avant-pied par rapport à l'arrière pied éveille une douleur importante à ce niveau. La radiographie, chez elle, montre l'existence d'une arthrose généralisée des articulations du tarse. Il existe une rétraction à -40° du gastrocnémien (équin de 40° lorsque le genou est étendu mais une flexion dorsale de 10° lorsque le genou est fléchi). A droite, le pied atteint l'angle droit lorsque le genou est étendu.

Une kinésithérapie d'allongement du gastrocnémien permet d'obtenir une flexion dorsale normale lors de l'extension du genou. Et après six semaines de traitement à raison de 3 séances par semaine, les douleurs ont disparu et la patiente a pu effectuer une marche de 15 kms.

Explication :

On sait que la rétraction des gastrocnémiens survient au cours de la croissance.

Au-delà de 50 ans, cette rétraction peut s'accentuer.

Elle oblige l'arrière pied à se disposer en valgus pour permettre la station debout et donc au pied d'atteindre l'angle droit en contournant de la sorte le muscle trop court.

L'avant-pied s'adapte au valgus par une supination. Indépendamment de l'arthrose qui met du temps à se constituer, à un moment, dans une des articulations du médio pied, lors de la marche, survient un phénomène de grippage, responsable d'une douleur parfois très violente.

La récupération d'une flexion dorsale directe du pied ne l'oblige plus à se disposer en valgus et l'avant-pied n'est plus obligé de se « tordre » à l'extrême pour s'adapter à son tour.

En fait, il ne s'agit pas d'une « torsion » mais d'une rotation dans les articulations mais le terme de torsion est plus compréhensible et plus parlant aux yeux du patients.

Parfois, il n'existe sur la radio qu'un pincement minime. Et n'importe quelle articulation peut être le siège de la douleur. D'autres fois enfin, la douleur n'est pas aussi violente mais plus supportable.

Sur la dizaine de cas que nous avons revus, tous ont été soulagés par simple kinésithérapie proprioceptive d'allongement du gastrocnémien. Dans l'immédiat, une semelle antivalgisante ou une surélévation du talon permet un soulagement sans cependant traiter le fond du problème puisque l'allongement des gastrocnémiens permet d'éviter d'autres complications.