

Gestion de la douleur par les jeunes athlètes

DR CLAIRE CONDEMINE PIRON

2013

Suivi médical des sportifs en filière d'accès au haut niveau

Analyse année 2006/2007

Suivi médical des sportifs en filière d'accès au haut niveau (pôles Espoir et France): PE GRS, PE et PF volley ball, PE basket ball, CF handball, PE rugby 13, PF karaté, PF triathlon, PF golf, PF athlétisme (décathlon), CF voile, CF baseball:

55% (135) des 247 sportifs recourent à une cure d'antalgiques et/ou d'anti-inflammatoires au moins une fois par an pour une blessure ou douleur en rapport avec la pratique sportive.

16% (40) des 247 sportifs sont blessés aux 2 consultations annuelles, et en traitement prolongé.

Antalgiques en prise ponctuelle

La consommation d'antalgiques s'effectue aussi ponctuellement pour des situations douloureuses d'origine sportive (hors blessure), au moins une fois par an pour la quasi totalité (95%) des 247 sportifs.

Elle s'effectue dans 80% des cas hors consultation médicale.

Il s'agit le plus souvent d'un recours à l'automédication, parfois sur conseil des parents ou du coach, en utilisant les ressources de la pharmacie familiale.

Contextes
d'utilisation
des
antalgiques

Lésions musculaires et entésopathies

Courbatures musculaires

Etirements musculaires

Jambes lourdes

Fatigue musculaire

Séances d'entraînement fractionné

Séances d'entraînement en résistance...

Séances dures

Types d'analgésiques



Palier 1: paracétamol, aspirine



AINS: ibuprofène



Corticostéroïdes: interdits en compétition



Applications locales: synthol, arnica, crèmes et gels anti inflammatoires type AINS



Palier 2: Tramadol autorisé, sur liste de surveillance



codéine autorisée, mais métabolites morphiniques causent un contrôle positif.



Cas particulier du cannabis: consommation récréative simple ou à visée antalgique?

Types d'analgésiques



Myorelaxants;



Anti -spasmodiques;



Anti dépresseurs: Prozac très
utilisé par sportifs



Palier 3 interdits (narcotiques)

En quoi
cette
médication
pose-t-elle
problème?

Risques spécifiques d'effets secondaires de ces médicaments;

Résolution pharmacologique d'un problème environnemental: surcharge, désadaptation, blessure, anxiété...

Focalisation de la recherche de solutions aux « maux » du sport dans le champ pharmacologique: coping pharmacologique

En quoi
cette
médication
pose-t-elle
problème?

Dr Olivier Rabin (directeur scientifique AMA): « les antalgiques permettent à un athlète d'atteindre le niveau de performance qui est le sien et non d'aller au-delà; le problème est donc plutôt d'ordre médical ».

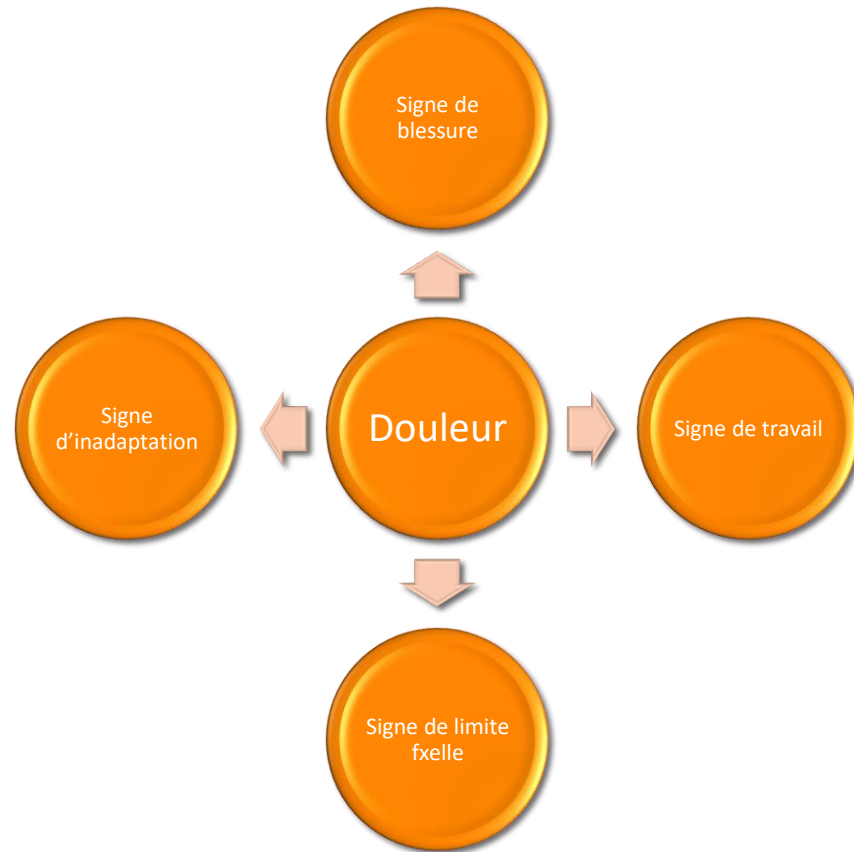
<http://franceolympique.com/files/File/actions/sante/colloques/BP02.pdf>

En quoi
cette
médication
pose-t-elle
problème?

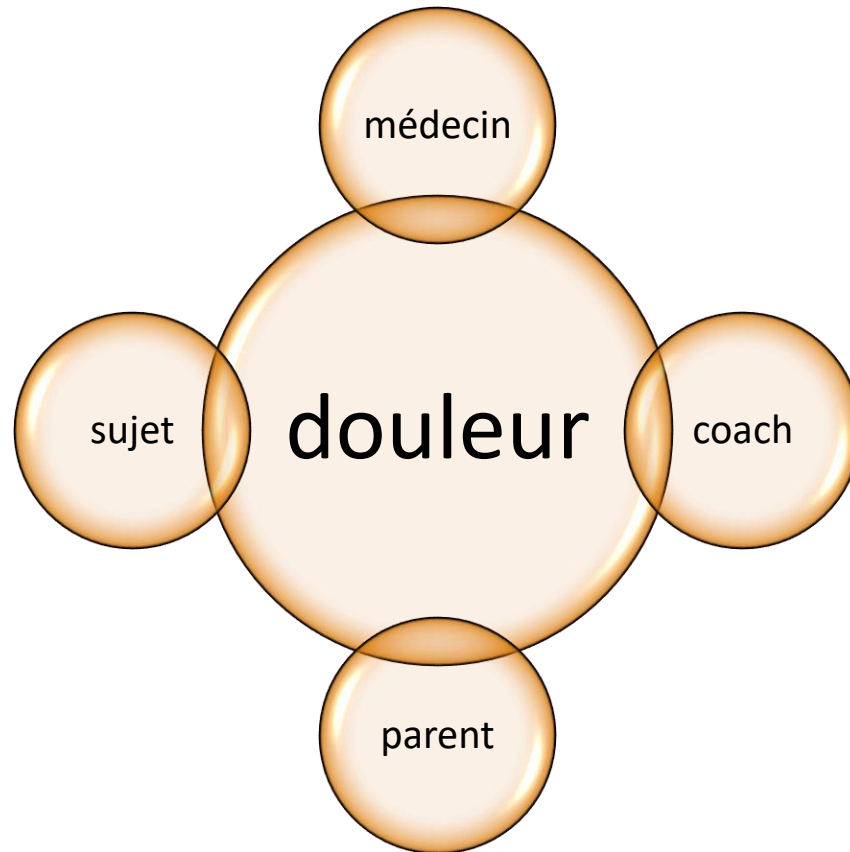
Qu'est-ce qu'une indication appropriée de l'usage d'analgésiques?

- Douleur?
- Balance bénéfique/risque?
- Autorisation réglementaire?
- Atteindre son niveau de performance théorique (càd sans blessure, douleur, sensation de pénibilité)?
- Lésion authentique?

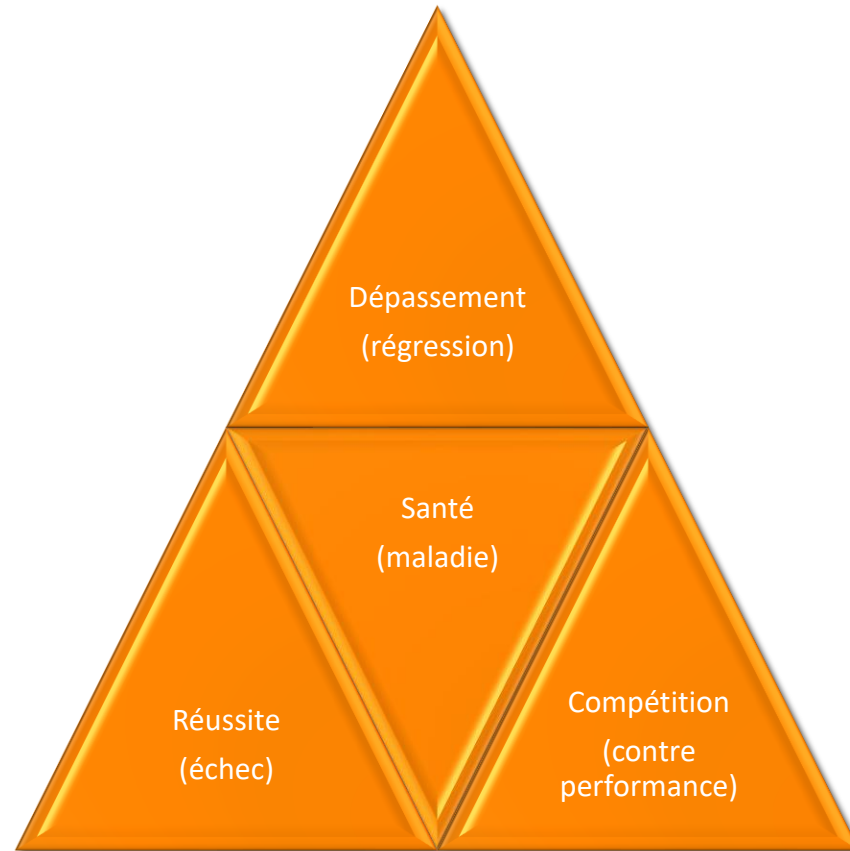
Douleur: fait signe de



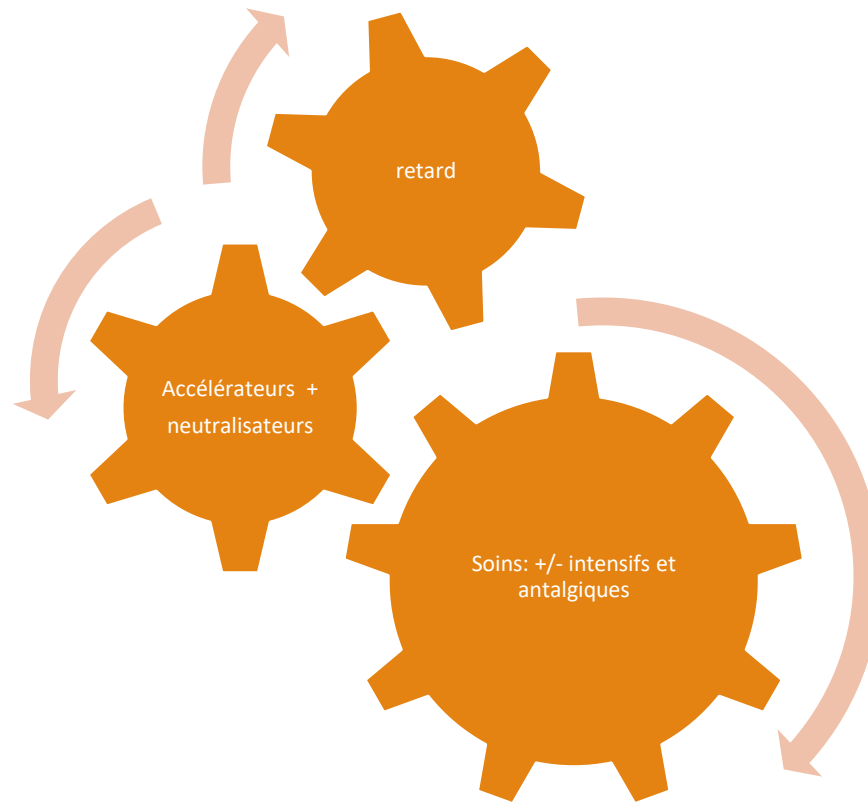
Douleur: fait sens pour



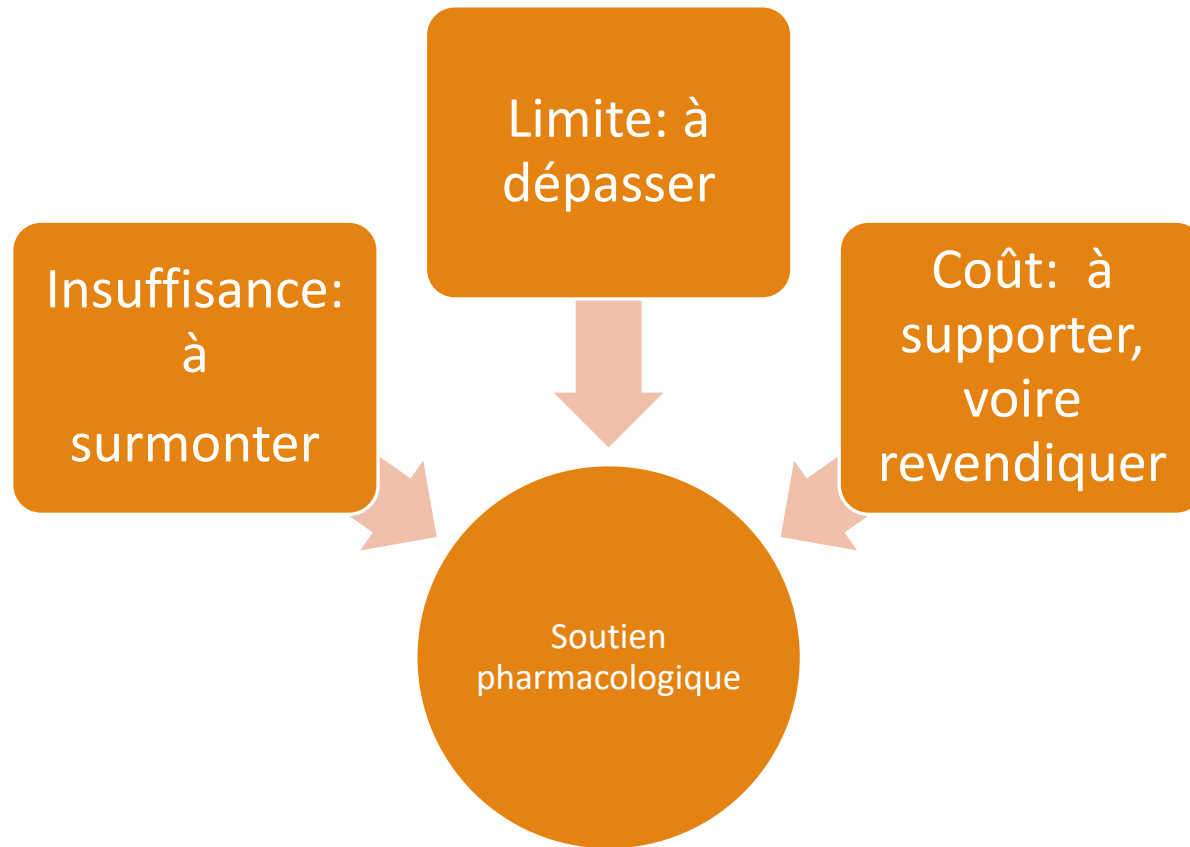
Douleur: fait sens en perspective avec un projet



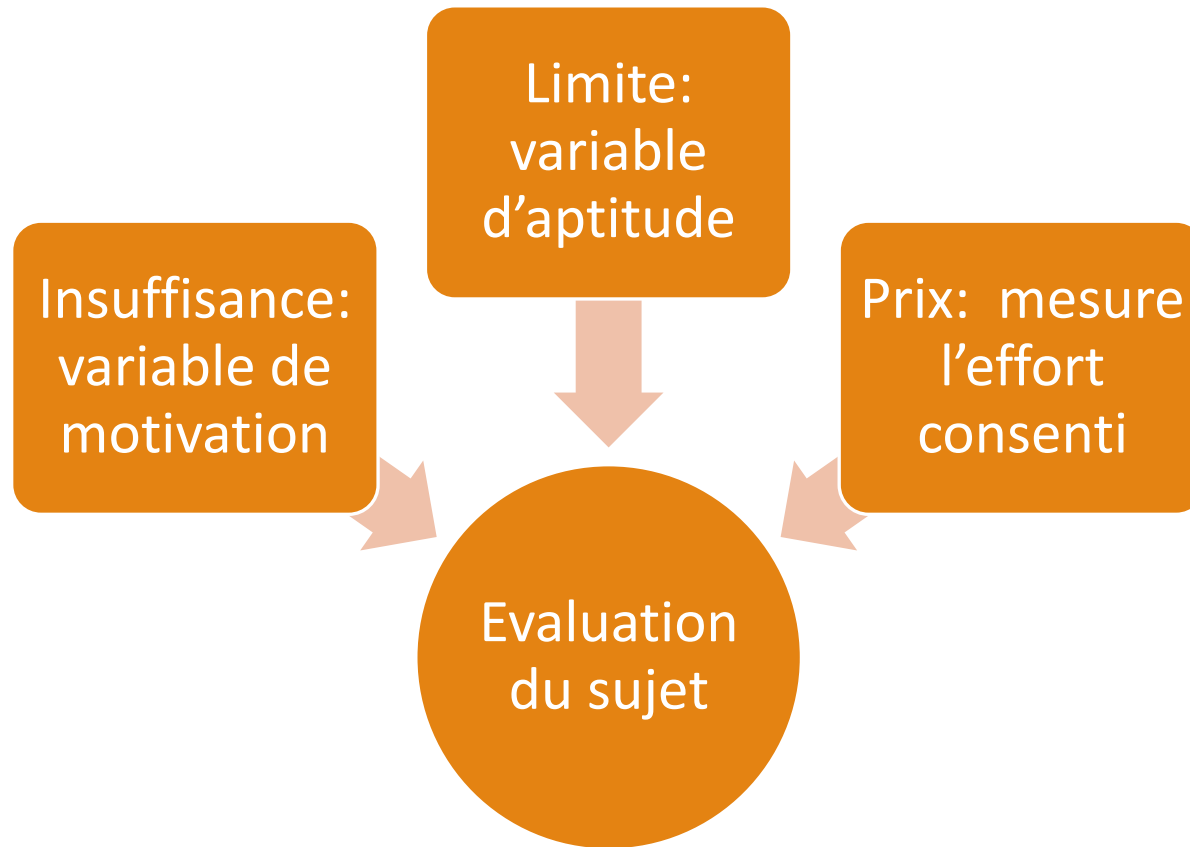
Blessure pour le sujet:



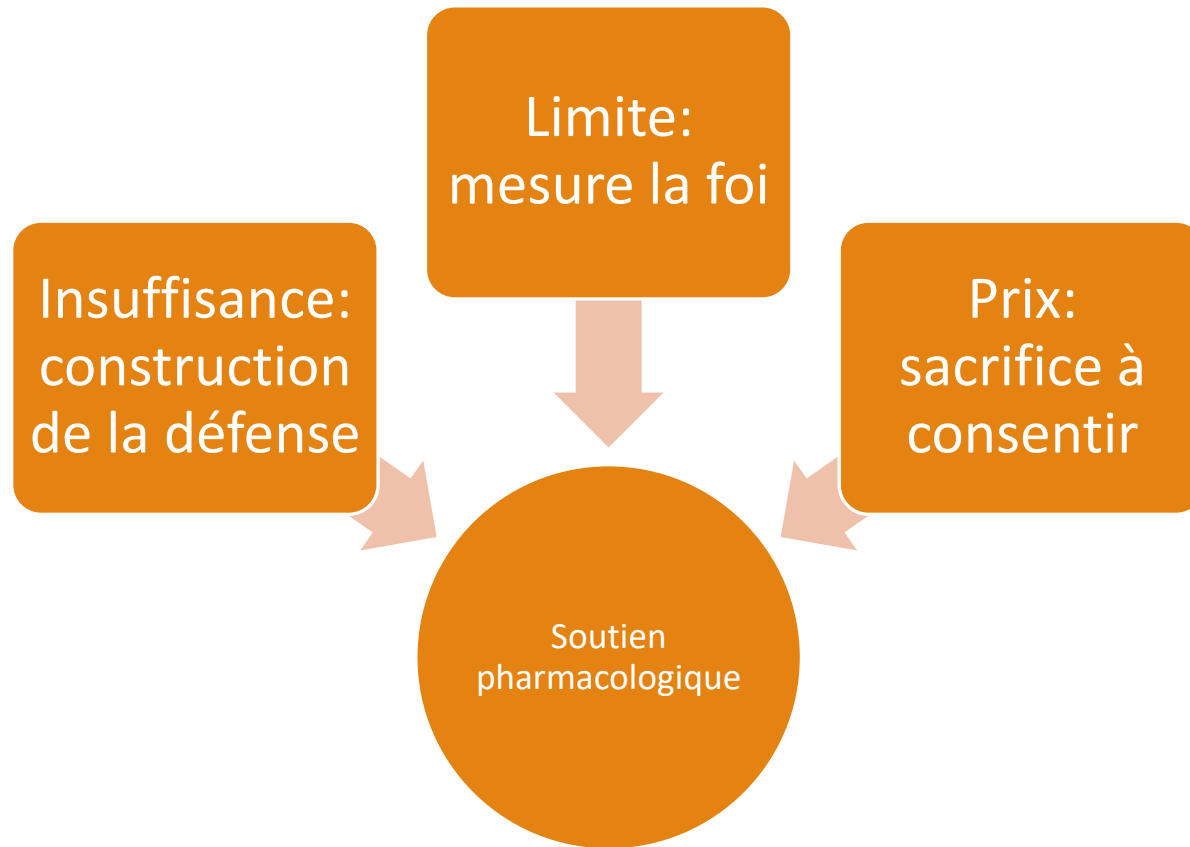
Douleur: sens pour le sujet



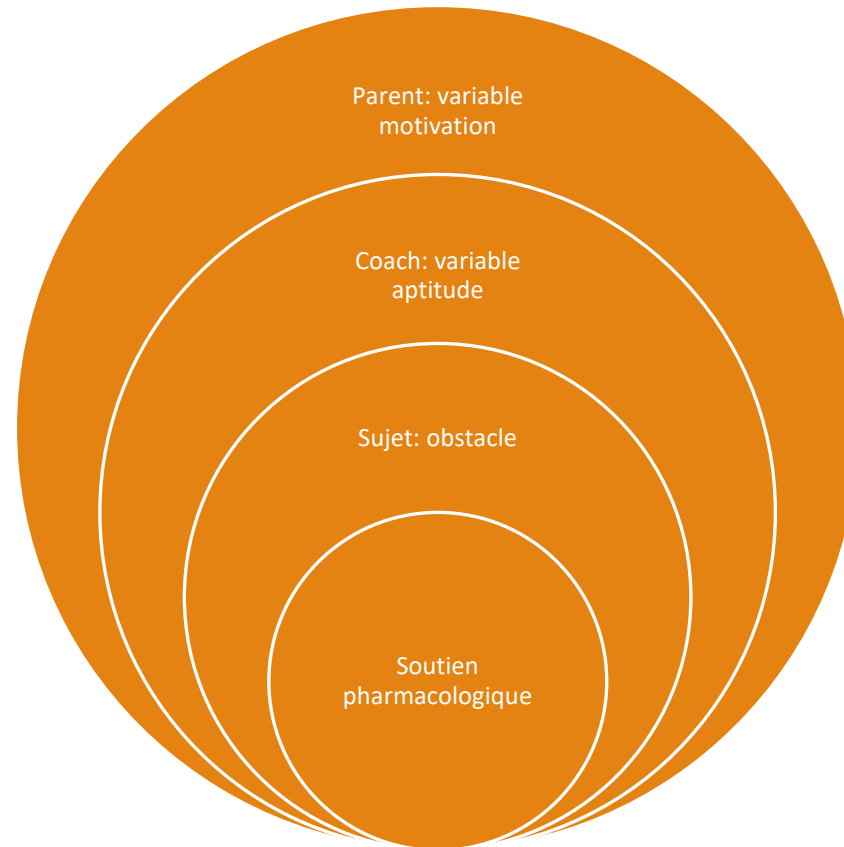
Douleur: sens pour le coach



Douleur: sens pour le parent



L'étai du sens: La douleur doit être vaincue



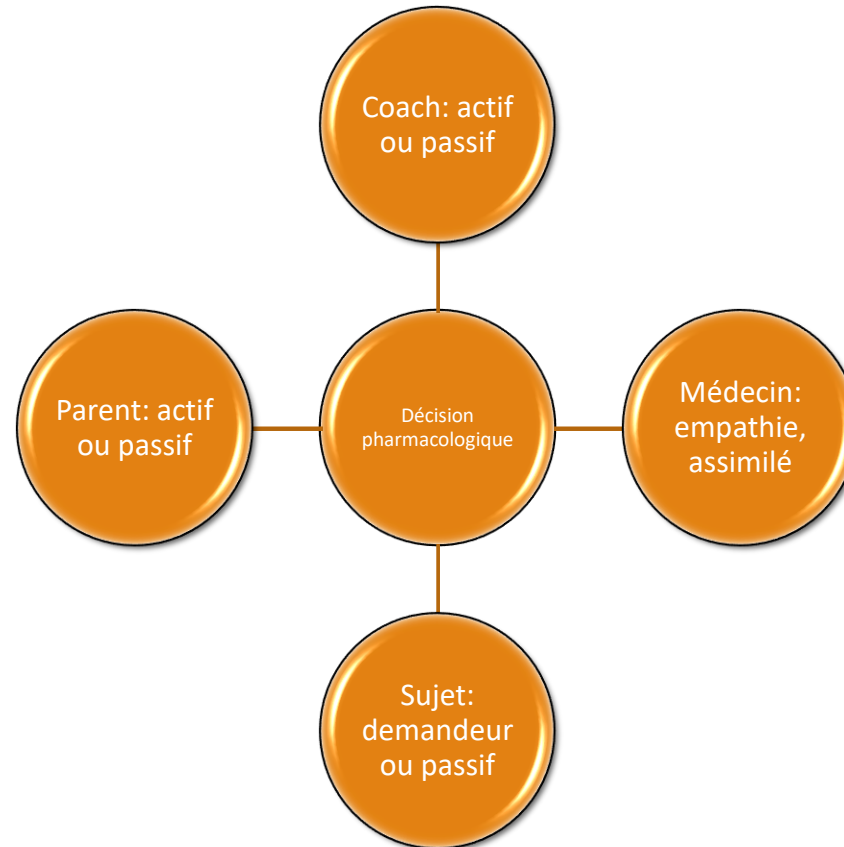
Modalités de
gestion
médicale du
sujet

Mode éthique
(projet de santé)

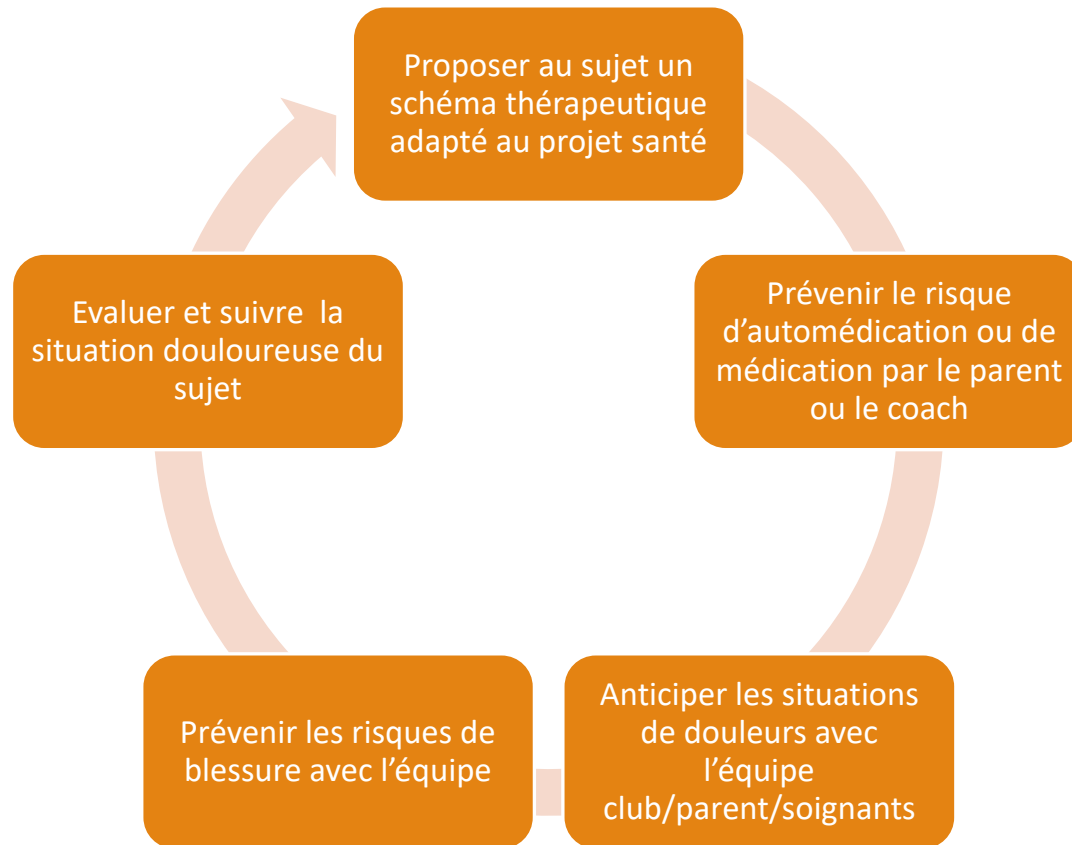
Mode empathique
(projet d'utilité)

Mode assimilé
(projet performance)

Diagramme décisionnel pharmacologique



Modalités d'action du médecin en projet éthique



Proposer au
sujet un
schéma
thérapeutique
adapté au
projet santé

Qu'est-ce qu'une indication appropriée de l'usage d'analgésiques?

- Douleur? Dépend de sa valeur symptomatique: blessure, effort, limite, inadaptation
- Balance bénéfique/risque? Cf au-dessus.
- Autorisation réglementaire? non
- Atteindre son niveau de performance théorique (càd sans blessure, douleur, sensation de pénibilité)? non
- Lésion authentique? Oui+ cadre thérapeutique.



Merci pour votre attention!