

# LA MÉDECINE DU SPORT

D<sup>r</sup> Pierre Jobin | Hauterive

## SOMMAIRE

- 03 **ÉDITORIAL**  
La médecine du sport.
- 04 **LE BILLET DU PRÉSIDENT**  
Décalages
- 05 **DOSSIER**  
Prise en charge des accidents musculaires.
- 09 **DOSSIER**  
Le sport est-il bon pour mes articulations ?
- 11 **DOSSIER**  
Séquelles douloureuses de l'entorse de cheville: à quoi penser et comment les aborder.
- 14 **DOSSIER**  
Examen de non contre-indication au sport.
- 16 **DOSSIER**  
Comment se préparer à une épreuve d'endurance de longue durée ?
- 18 **DOSSIER**  
Les lésions de surcharge chez l'enfant et l'adolescent.
- 19 **DOSSIER**  
La charte des droits de l'enfant dans le sport.
- 21 **DOSSIER**  
Réadaptation et sport.
- 22 **DOSSIER**  
Les bénéfices de pratique sportive et les recommandations pour la prévention de mort subite lors de l'exercice de sport.
- 24 **HÔPITAL NEUCHÂTELOIS**  
Le projet PACS
- 25 **LETTRE DE L'ADDICTOLOGUE**  
Dépendance ou abus d'alcool.
- 26 **EN DIRECT DU LABO**  
Identification microbienne par spectrométrie de masse.
- 29 **CALENDRIER MÉDICAL**  
du canton de Neuchâtel.

**Le sport est pratiqué depuis très longtemps**: les Grecs déjà nous ont familiarisés avec les disciplines de l'athlétisme, en nous léguant en plus les jeux olympiques. Les Romains ont pris le relais, jusqu'à la chute de leur empire.

Après une longue éclipse, les activités sportives ont refait surface sous diverses formes. M. Coubertin a remis les Jeux au goût du jour; depuis lors, le sport fait de plus en plus partie de la vie moderne, grâce aux médias.

De plus, les activités sportives se sont multipliées, les sportifs eux-mêmes sont toujours plus nombreux, certains d'entre eux faisant partie d'une élite, la plus grande partie réunissant des sportifs de tous âges, et de toutes spécialités confondues.

Et la médecine dans tout cela? Au départ, les blessures propres à chaque activité sportive étaient soignées par le généraliste du coin. Par la suite, certains se sont spécialisés, au contact répété des sportifs, toujours plus nombreux. La médecine du sport est devenue une entité à part entière depuis une soixantaine d'années mais elle a énormément progressé depuis une trentaine d'années.

Les connaissances du corps humain, de sa physiologie ont donné naissance à des spécialistes toujours plus pointus; les traumatologues étant les plus nombreux, accompagnés des chirurgiens, des médecins spécialistes dans la réadaptation et j'en passe. Il faut de bonnes bases d'anatomie pour parfaire le diagnostic: on ne se contente plus de parler d'une inflammation de l'épaule, il faut démembrer les articulations pour préciser le genre d'atteinte: le muscle, le tendon ou la capsule articulaire... afin de préciser le diagnostic et par là améliorer son traitement. Ceci nécessite un examen clinique précis, complété si nécessaire par des examens radiologiques.

Le médecin du sport peut également accompagner une équipe plus étroitement: il en devient alors un membre à part entière, ce qui sécurise le groupe.

Afin d'optimiser la forme du joueur, le médecin doit également avoir un regard sur l'alimentation, en prévision de l'effort, puis de la récupération post-effort, mais également sur l'état de santé global du sportif.

Pour ce dernier, ce qui est important, c'est qu'il soit examiné «rapidement» et que le diagnostic suive, et que le pronostic soit juste: «**quand pourrai-je reprendre mes entraînements?**»

En résumé, la médecine du sport est une spécialité assez complète, présentant plusieurs facettes: elle est assez récente, mais elle a énormément progressé toutes ces dernières années. Les articles ci-après vous donneront précisément un éclairage sur les principales affections rencontrées par le médecin du sport.