

# STRAPPING DE CHEVILLE

Dr NEZRY Nicolas

Méthode de contention souple (+/- rigide selon les besoins)

Tenir compte du support : la peau. L'existence de lésions cutanées (érosion, plaie, ampoules...) peut constituer une contre-indication ou faire réaliser un pansement au préalable.

Contre-indication formelle :

- doute diagnostic avec fracture
- chez l'enfant car
  - souvent équivalent de fracture sur les cartilages de croissance
  - peau plus fragile que chez l'adulte
  - difficulté de gestion
  - plâtre indiqué, car n'a que des avantages (rigidité, indolence, non enlevable...)

Une fois la peau protégée, la réalisation d'un strapping efficace et confortable nécessite le respect de quelques règles, quelque soit la topographie : les embases ou ancrages sont indispensables à la mise en place des bandes posées sous la forme de circulaires ou d'hémicirculaires, sans tension excessive pour éviter une compression et « un effet garrot ». Après la mise en place de l'ancrage, les bandes actives sont posées. C'est la tension de ces bandes qui détermine l'efficacité du strapping.

La largeur des bandes dépend de la taille de la cheville, souvent 3 et 6cm (ou 8 cm).

Matériel :

- Elastoplaste 6 ou 8cm : 1 à 2 bandes
- Elastoplaste 3cm : 1 bande
- Elastomousse : 1 rouleau

Technique :

- Mise en place de l'élastomousse (1 et 2)
- Mise en place de 2 ancrages en élastoplaste de 6cm de largeur (2):
  - 1 ancrage supérieur à l'union 1/3 inf et 1/3 moyen de jambe, circulaire appliquée sans tension
  - 1 ancrage inférieur au niveau de l'avant-pied, circulaire appliquée sans tension
- Bien étirer chaque bande d'élastoplaste avant la pose (car 15% de gain de longueur) pour éliminer partiellement son élasticité et éviter une détente rapide du strapping
- Mise en place de 2 étriers verticaux de 6cm de largeur, cheville maintenue à angle droit (3 et 3bis) :
  - 1<sup>er</sup> étrier appliqué face interne de la jambe, depuis l'ancrage supérieur, passant en arrière de la malléole interne, puis à la face inférieure du talon, et revenant sur la face externe de jambe en passant en arrière de la malléole externe, jusqu'à l'ancrage supérieur.
  - Le second étrier vertical est appliqué selon le même principe, mais il doit passer en avant des 2 malléoles et chevauche le 1<sup>er</sup> en tuile, de moitié (4 et 4 bis).
- Fermeture avec de l'élastoplaste de 3 cm (ou 6 cm) que l'on découpe avec plusieurs bandes de même
  - Fermeture inférieure : on applique la 1<sup>ère</sup> bande plantaire au niveau de l'ancrage inférieur, en rabattant les 2 chefs latéraux sur le dessus du pied. On procède de la

# STRAPPING DE CHEVILLE

même manière avec les autres bandes en les faisant chevaucher en tuile à demi, jusqu'à ce que l'on atteigne le devant de la jambe.

- Fermeture supérieure : on applique la 1<sup>ère</sup> bande à la face postérieure de la jambe, en rabattant les 2 chefs latéraux sur le devant de la jambe, depuis l'ancrage supérieur, jusqu'au niveau des malléoles. Les bandes successives doivent se chevaucher en tuile.

Dr NEZRY Nicolas

08 Septembre 2008

## CRITERES D'OTTAWA

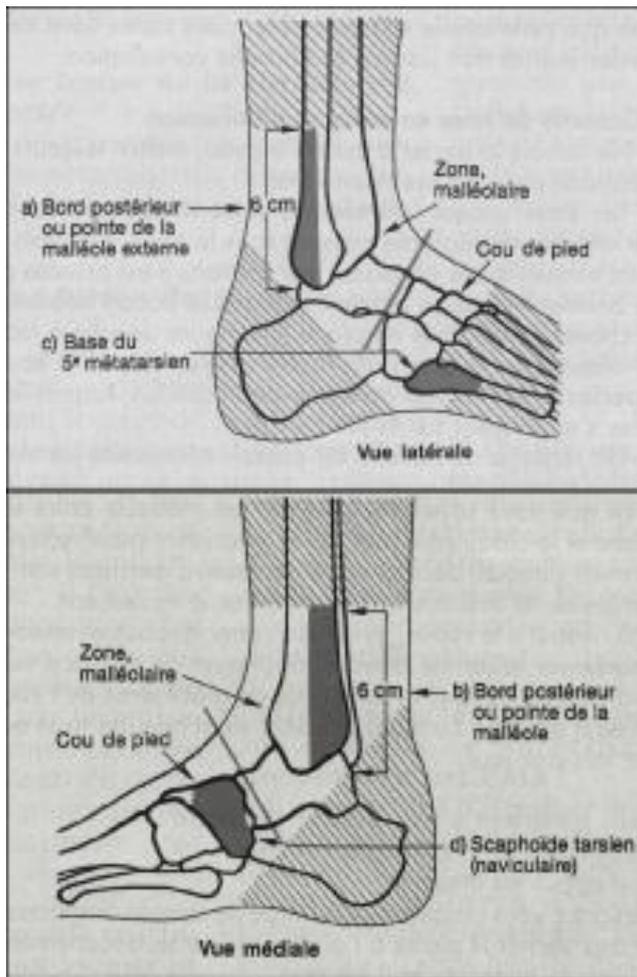


Fig. 6a :vue latérale

Fig.6b : vue médiale

Figure 6a et 6b : Critères d'Ottawa. Une douleur sur une zone grise ou hachurée impose une radiographie.

- Règles édictées 1994
  - Diminution de 20 à 30% de Rx

# STRAPPING DE CHEVILLE

- Bilan radiographique systématique si:
  - > 55ans
  - Appui impossible et de faire 4 pas (2 pas / pied)
  - Douleur base 5ème métatarsien ou scaphoïde
  - Douleur bord post sur 6 cm ou des pointes de malléoles
- 10 à 15% de risque d'erreur

**Strapping de la cheville** (différentes techniques selon étape de ...

<http://www.footballcoachvideo.com/strapping-de-la-cheville-differentes-techniques-selon-etape->

[comment-realiser-un-strapping-de-la-cheville-prevenchute - YouTube](https://www.youtube.com/watch?v=gIcHvYWtG48)

<https://www.youtube.com/watch?v=gIcHvYWtG48>

