

- Fleurimont
- Haute-Yamaska
- Hôtel-Dieu
- La Pommeraie
- Memphrémagog

Intervention : Chirurgie de Broström-Gould

Reconstruction ligamentaire

Date de l'intervention : JJ / MM / 20 __ Côté opéré : Droite Gauche

PRESCRIPTION DE PHYSIOTHÉRAPIE

Chirurgie réalisée :

- Réparation ligamentaire simple
- Réparation ligamentaire avec « augmentation synthétique »
- Autre : _____

1^{ère} étape : 0-2 semaines

- Contrôle de la douleur :
 - Analgésiques (acétaminophène, anti-inflammatoire, etc.)
 - Elévation
 - Cryothérapie (glace)
- Immobilisation : Aucune MEC permise
- Exercices de renforcement hanche-genou (pas de renforcement de cheville)

2^e étape : Environ 2 semaines post op ou retrait de l'attelle plâtrée

- Mise en charge : MEC progressive selon tolérance avec botte amovible
- Amplitude articulaire : Exercices d'AA actifs et passifs en flexion dorsale et en éversion
Aucune inversion ni flexion plantaire permises
- Renforcement musculaire : Exercices de renforcement hanche-genou (pas de renforcement de cheville)

3^e étape : (4^e semaine post-op)

- Amplitude articulaire : Exercices d'AA actifs en flexion plantaire
- Renforcement musculaire : Exercices de renforcement en isométrie spécifiques à la cheville

4^{ème} étape : (6^e semaine post-op)

- Dispositif d'immobilisation : Retrait de la botte amovible(selon la décision du chirurgien)
- Proprioception : Exercices statiques de proprioception (appui unipodal)
- Marche : Correction du patron de marche
- Vélo stationnaire : Faible résistance

5^e étape : (8^e semaine post-op)

- Renforcement musculaire : Exercices de renforcement isotonique (éversion à partir de la **position neutre** de la cheville)
- Proprioception : Progression de la proprioception statique (unipodal yeux fermés, plans variés) , début de proprioception dynamique (**éviter** planche à bascule dans le **plan frontal**)

6^e étape : (12 semaines post-op et plus)

- Amplitude articulaire : **Inversion permise**
- Renforcement musculaire : Exercices de renforcement pliométriques
- Proprioception : Exercices de proprioception dynamique sans restriction
- Retour aux activités physique : Retour à la course sans changement de direction lorsque proprioception dynamique est amorcée et en bonne progression

7^e étape : Retour aux sports

- Conditions pour retour au sports :
 - **Absence d'instabilité (Tiroir antérieur négatif)**
 - **ROM complet**
 - **Force musculaire 90% du côté sain**
 - *Score ≥90 au Test de karlsson ou au FAOS*

Signature de l'orthopédiste : _____

Numéro de pratique : _____

TÉLÉPHONE : (819) 346-1110 EXT. 74233 • TÉLÉCOPIEUR : (819) 820-6410 • EMAIL : orthopedie@usherbrooke.ca • WEB : orthopedieestrie.com

Sources :

- Camacho, Luis D., Zachary T. Roward, Yu Deng, et L. Daniel Latt. « Surgical Management of Lateral Ankle Instability in Athletes ». Journal of Athletic Training 54, no 6 (juin 2019): 639-49. <https://doi.org/10.4085/1062-6050-348-18>.
- Clements, Aurora, Eleanor Belilos, Laura Keeling, Michael Kelly, et Nicholas Casscells. « Postoperative Rehabilitation of Chronic Lateral Ankle Instability: A Systematic Review ». Sports Medicine and Arthroscopy Review 29, no 2 (juin 2021): 146-52. <https://doi.org/10.1097/JSA.0000000000000304>.
- « Instabilité chronique de la cheville : description et rééducation après une opération de type Broström chez les athlètes de haut niveau ». Consulté le 18 février 2022. <https://www.neuroxtrain.com/article/64418/>.
- Jaffri, Abbas H., Muhammad Amjad, et Susan Saliba. « The Interrater Reliability of Dynamic Leap and Balance Test in Healthy and Chronic Ankle Instability ». Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports 30, no 12 (1 décembre 2020): 2364-70. <https://doi.org/10.1111/sms.13783>.
- Lau, Brian C., Alexej Barg, C. Thomas Haytmanek, Kirk McCullough, et Annunziato Amendola. « Evolution in Surgical Management of Ankle Instability in Athletes ». JAAOS - Journal of the American Academy of Orthopaedic Surgeons 29, no 1 (1 janvier 2021): e5. <https://doi.org/10.5435/JAAOS-D-20-00176>.
- Lee, Jin Hyuck, Hae Woon Jung, et Woo Young Jang. « Proprioception and Neuromuscular Control at Return to Sport after Ankle Surgery with the Modified Broström Procedure ». Scientific Reports 12, no 1 (12 janvier 2022): 610. <https://doi.org/10.1038/s41598-021-04567-z>.
- Lee, Kyungtai, Hyuk Jegal, Heewoong Chung, et Younguk Park. « Return to Play after Modified Broström Operation for Chronic Ankle Instability in Elite Athletes ». Clinics in orthopedic surgery 11, no 1 (mars 2019): 126-30. <https://doi.org/10.4055/cios.2019.11.1.126>.
- May, Nolan R., Matthew Driscoll, Shawn Nguyen, et Richard D. Ferkel. « Analysis of Return to Play After Modified Broström Lateral Ankle Ligament Reconstruction ». Orthopaedic Journal of Sports Medicine 10, no 2 (1 février 2022): 23259671211068540. <https://doi.org/10.1177/23259671211068541>.
- « Review of Variability in Rehabilitation Protocols after Lateral Ankle Ligament Surgery ». Consulté le 18 février 2022. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7324062/>.
- Song, Yujie, Hongyun Li, Chao Sun, Jian Zhang, Jianchao Gui, Qinwei Guo, Weidong Song, et al. « Clinical Guidelines for the Surgical Management of Chronic Lateral Ankle Instability: A Consensus Reached by Systematic Review of the Available Data ». Orthopaedic journal of sports medicine 7, no 9 (23 septembre 2019): 2325967119873852. <https://doi.org/10.1177/2325967119873852>.
- White, W., Graham McCollum, James Calder, W James White, Graham A McCollum, et James D F Calder. « Return to sport following acute lateral ligament repair of the ankle in professional athletes ». Knee Surgery, Sports Traumatology, Arthroscopy 24, no 4 (avril 2016): 1124-29.