FICHE MÉDECIN · INFILTRATION SOUS REPÈRE ANATOMIQUE

#131 · GENOU NIVEAU C

GUIDAGE NETTEMENT PRÉFÉRABLE

Tendinobursite de la patte d'oie

Bourse ansérine · Infiltration sous repère anatomique

INDICATIONS & NIVEAU DE PREUVE

Preuves : À envisager après échec des mesures conservatrices.

Avant d'infiltrer : Repos relatif, glace, étirements et renforcement du genou et de la hanche.

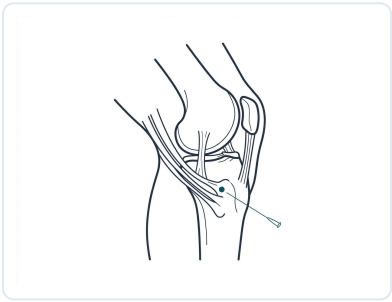
Guidage & alternatives : Guidage nettement préférable : l'injection sous repère anatomique n'atteint la bourse que dans 18 % des cas.

PROTOCOLE PHARMACOLOGIQUE

Produit & dose : Dépo-Medrol 20 à 40 mg ou Kenalog 10 à 40 mg + 2 mL de lidocaïne 1 %.

Aiguille : 22 G, 1,5 po.

Fréquence : Minimum 3 mois entre deux injections (3–4/an max). Éviter dans les 3 mois précédant une arthroplastie.



REPÈRES ANATOMIQUES & TECHNIQUE

Suivre les tendons de la patte d'oie jusqu'au tibia médial, environ 2 cm sous le plateau tibial ; avancer jusqu'à l'os puis reculer de 2–3 mm.

RISQUES & PRÉCAUTIONS PROPRES AU SITE

Faible taux de précision sans échographie ; atrophie sous-cutanée si injection trop superficielle.

Règles communes : Exclure infection cutanée ou articulaire, fracture ou hypersensibilité. Anticoagulants/antiplaquettaires poursuivis (ASRA). Aviser le patient : poussée 24–48 h (3–25 %), rougeur faciale (≤ 15 %), hyperglycémie (surveiller ≥ 48 h si diabète), dépigmentation/atrophie locale. Repos relatif 48–72 h ; reconsulter si aggravation > 72–96 h, fièvre ou rougeur ; suivi à 2–6 semaines.

Références : Lee JH et al., J Clin Ultrasound, 2019 · Webb CW et al., Am Fam Physician, 2024

Dr. Morand