



**Hôpital privé
Pays de Savoie**

Nous prenons soin de vous

RAPPELS ANATOMIQUES ET INSTABILITÉ ANTÉRIEURE D'ÉPAULE

Présentation générale de l'épaule

Généralités

- Complexe de l'épaule = 5 articulations !!
- Principale articulation de l'épaule : Gléno-humérale
- 3 degrés de libertés
 - Flexion (Élévation antérieure) / Extension : 180° / 45°
 - Abduction / Adduction : +/- 180° / 50°
 - Rotation interne / Rotation externe : 90 / 80° (selon les auteurs)

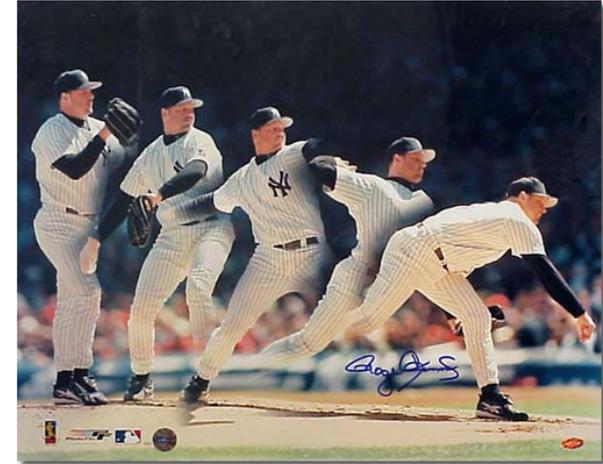
- L'incidence de l'instabilité antérieure traumatique est de 1.7 % de la population !!



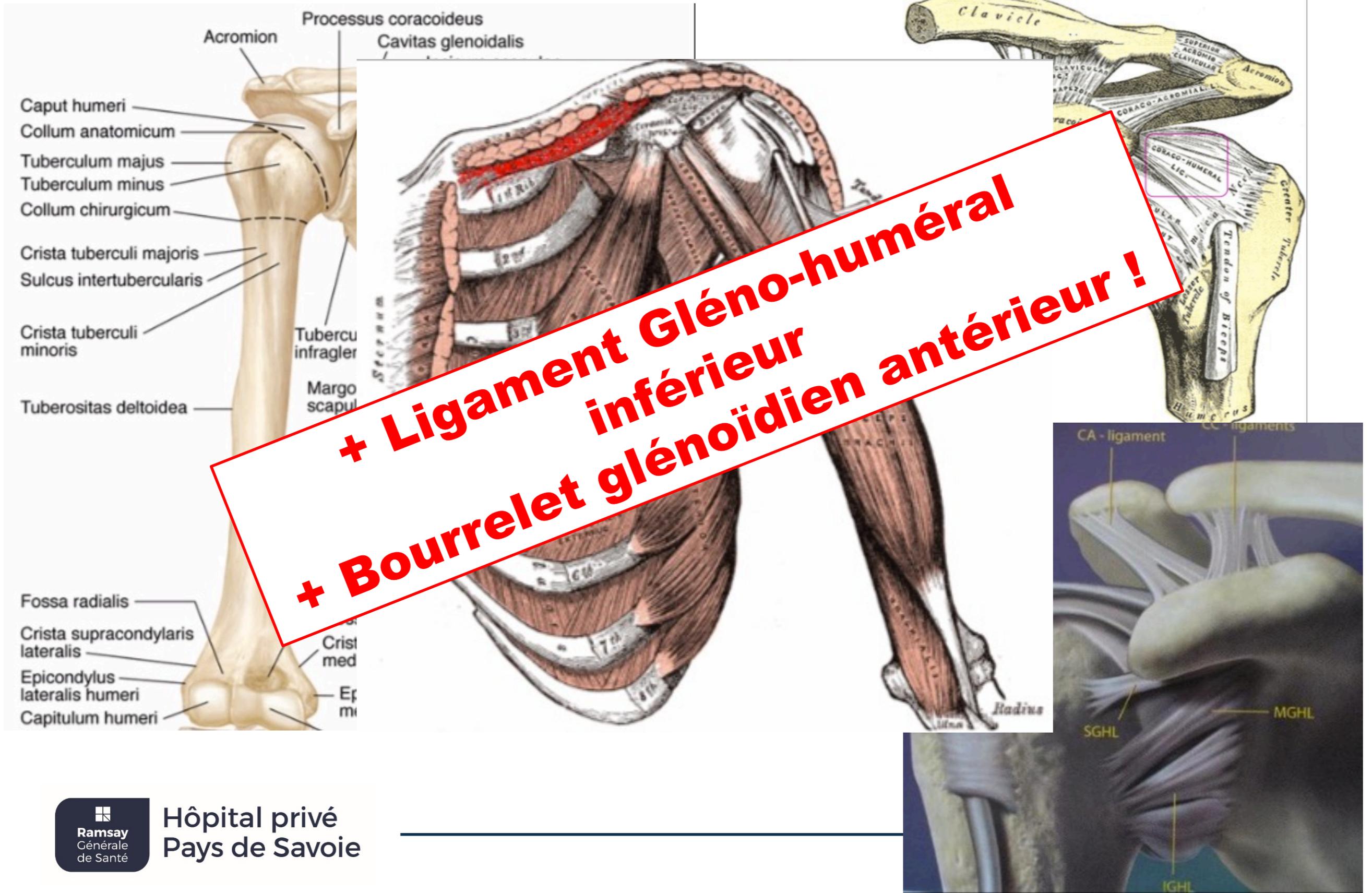
Présentation générale de l'épaule

Généralités

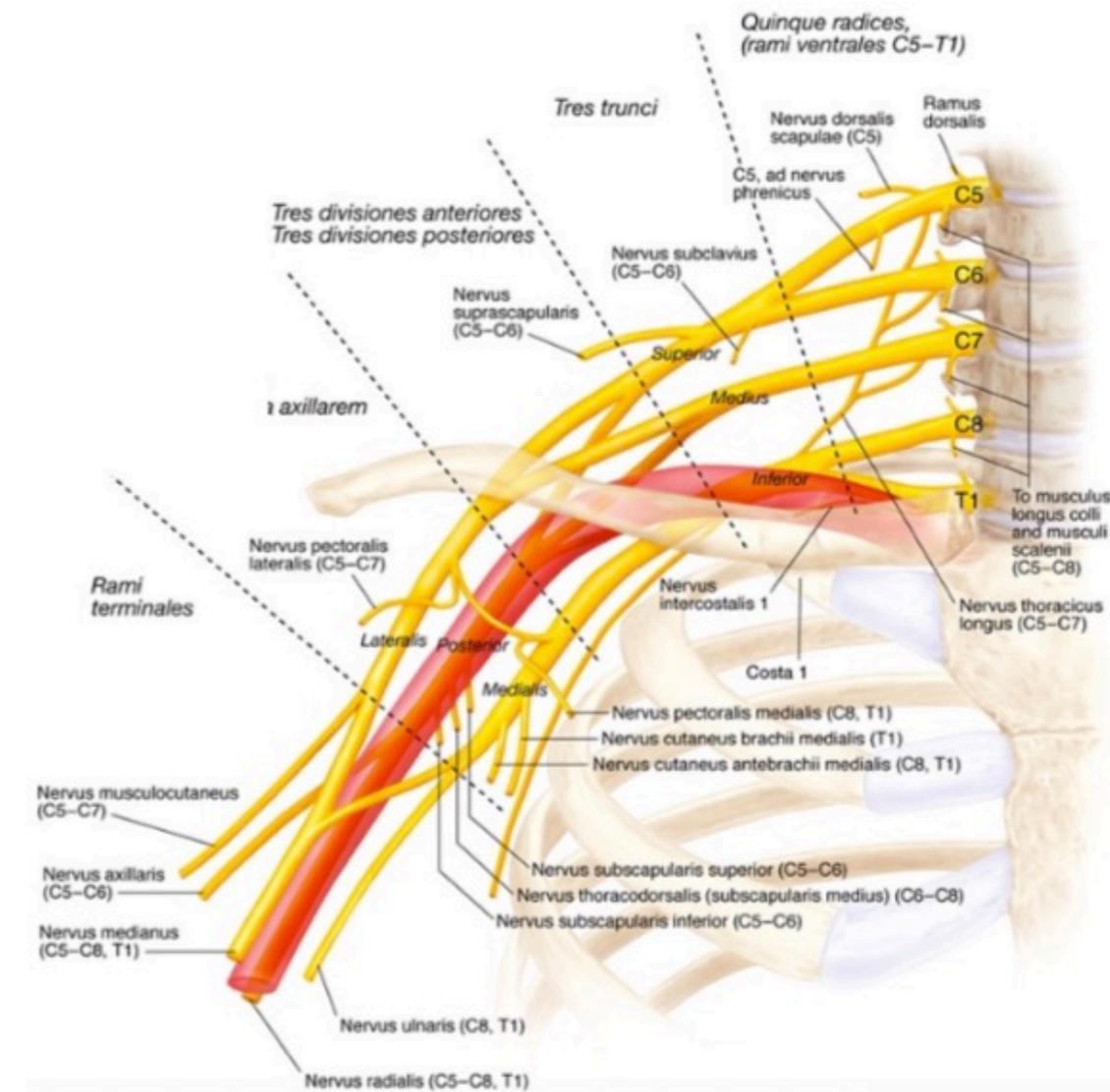
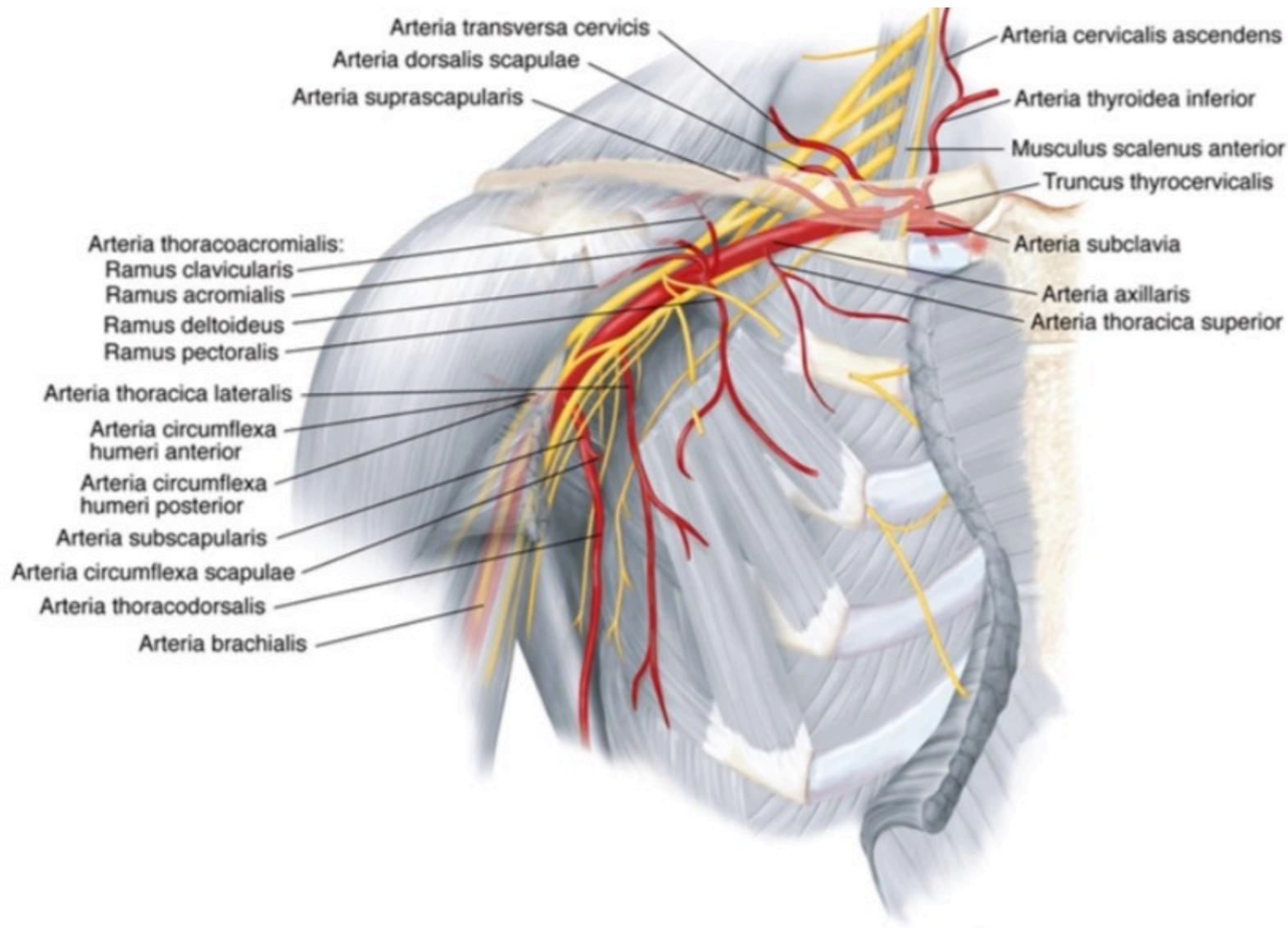
- Importance des muscles de la coiffe des rotateurs (stabilité active)
 - Supra-épineux (rotateur latéral + abducteur en synergie avec le deltoïde)
 - Infra-épineux (rotateur latéral)
 - Teres mineur (rotateur latéral)
 - Teres majeur (rotateur médial + abducteur)
 - Longue portion du biceps brachial (élevateur de l'épaule)
 - Subscapulaire (rotateur médial)
- Enormes contraintes sur ces muscles notamment lors du lancer, 3 phases :
 - Phase n°1 : L'armé (1 500 ms)
 - Phase n°2 : Le fouetté (50 ms)
 - Phase n°3 : La décélération (ou « follow-trough ») (350 ms)
- **Vitesse très élevées en rotation médiale d'épaule (7 600°/sec) et en extension du coude (2 500°/sec)**



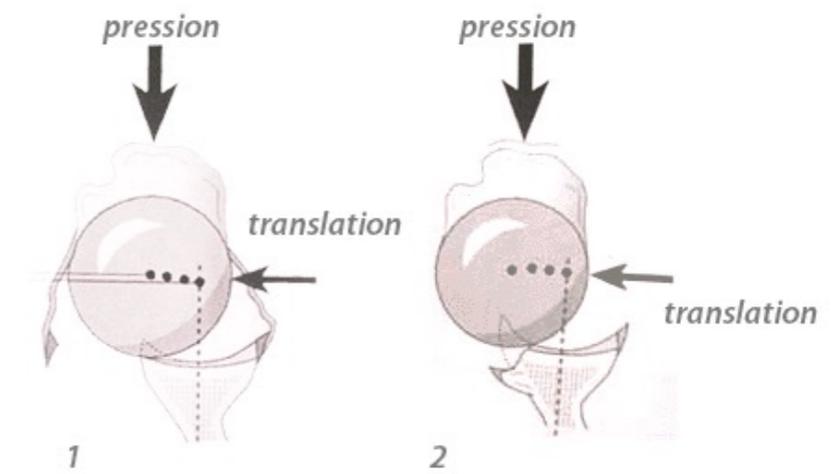
Os, Ligaments et Muscles



Réseau Nerveux et Vasculaire



Mécanisme lésionnel



- Le plus souvent d'origine traumatique (luxations antérieures d'épaule +/- répétées, subluxations)
 - Patients jeunes (avant 35 ans) et sportifs (handball, rugby, ski alpin...) : **75 % des cas**
 - Du côté dominant : 60 % des cas
 - Rarement bilatérale (sauf hyperlaxité)
 - 3 fois + les hommes que les femmes
- Micro-traumatique (tendinopathie du supra-épineux...)



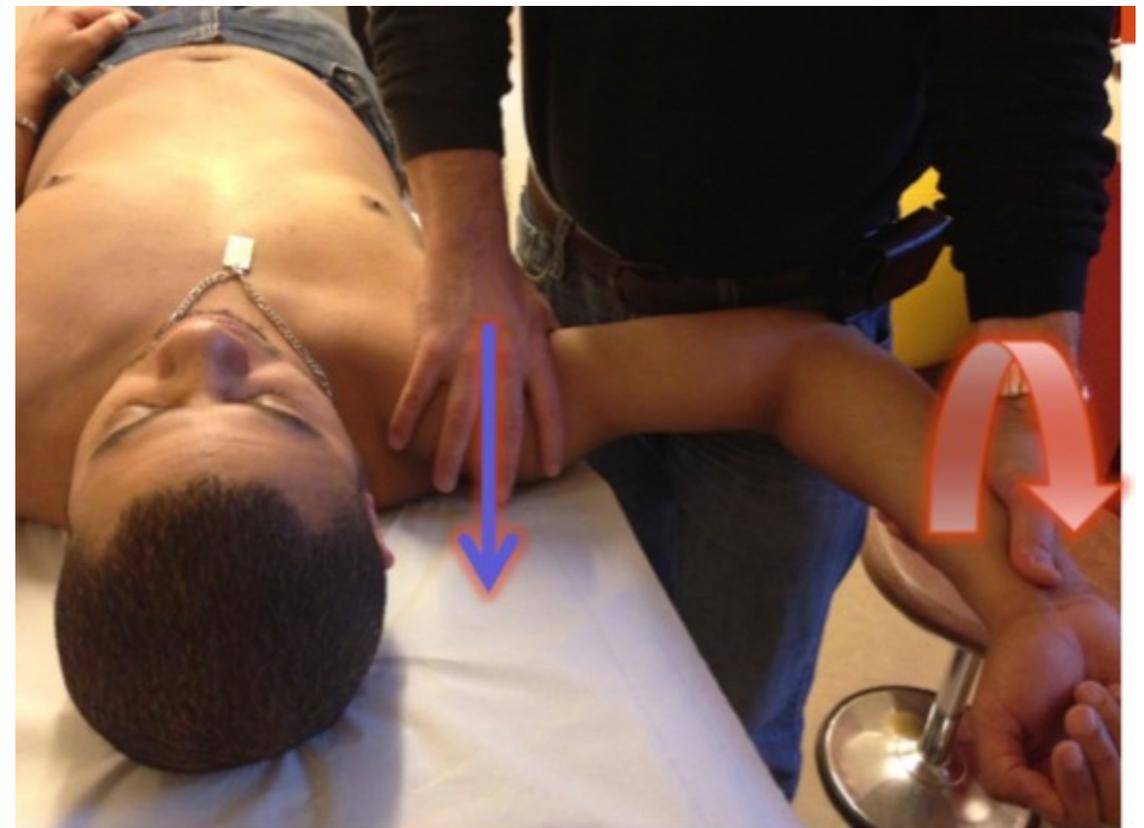
bila
gn »



Tests cliniques

Relocation Test

- Sensibilité : 0,90
- Spécificité : 0,85

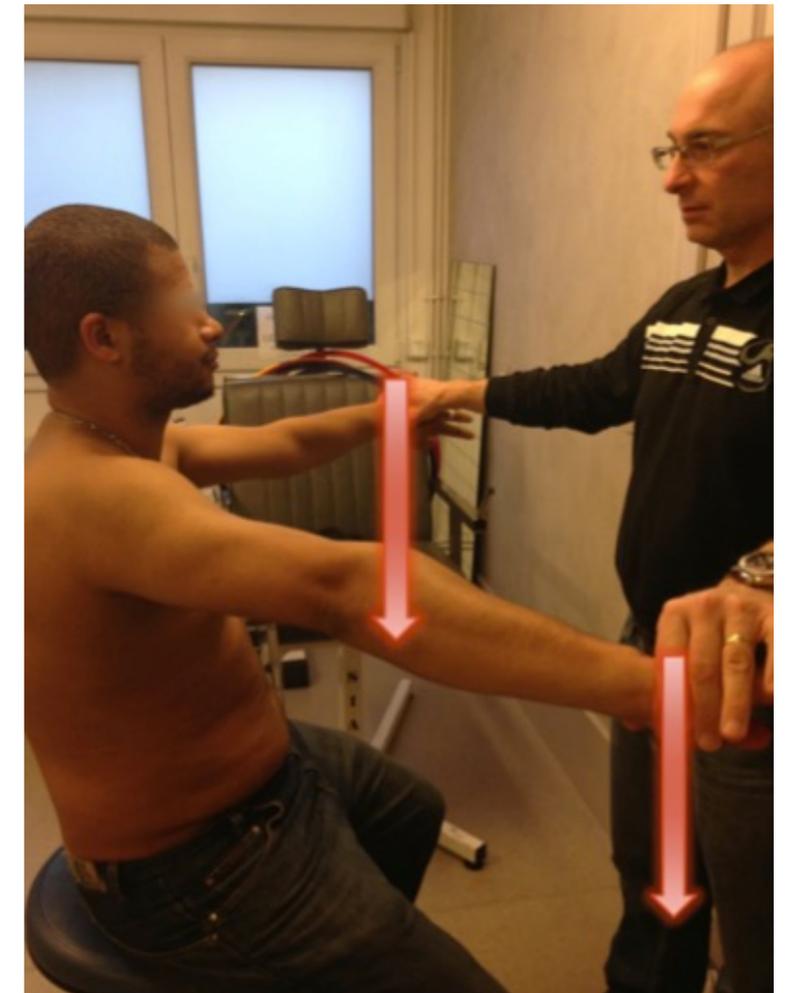


Test d'appréhension antérieure

Test du tiroir antérieure

(Test de Jobe)

- Sensibilité : 0,62 à 0,85
- Spécificité : 0,54 à 0,70



Sources

- Cours d'anatomie de Mr CLAES de 1^{ière} kiné
- Cours d'anatomie de Mr BEAUTHIER de 1^{ière} kiné
- Cours « Epaule et Hand-Ball » (SFMKS) de Mr Franck LAGNIAUX
- <http://www.paris-epaule.com/> (consulté le 23/03/19)
- http://www.clinique-generale.net/wp-content/uploads/2017/04/instabilite_anterieure_bankart.pdf (consulté le 23/03/19)

Merci !