INFO SANTÉ

Genou douloureux

paru le 08/04/2020 • adapté au contexte belge francophone

Un guide-patient est un outil réalisé pour vous aider à faire des choix pour votre santé. Il vous propose des informations basées sur la recherche scientifique. Il vous explique ce que vous pouvez faire pour améliorer votre santé ou ce que les professionnels peuvent vous proposer lors d'une consultation. Bonne lecture !

De quoi s'agit-il ?

Une douleur au genou peut avoir plusieurs causes. La douleur peut venir des os, des ligaments, des ménisques, des muscles ou des tendons du genou. Une douleur au genou peut également provenir d'un problème à la hanche.

Chez qui et à quelle fréquence ?

Environ 8 personnes sur 1 000 consultent chaque année le médecin généraliste pour une douleur au genou. Selon l'âge de la personne, certaines causes sont plus ou moins fréquentes. L'arthrose du genou par exemple est plus fréquente chez les personnes âgées, alors que la maladie d'Osgood-Schlatter est relativement caractéristique chez les adolescents entre 10 et 15 ans.

Comment la reconnaître ?

En fonction de la cause de la douleur au genou, d'autres caractéristiques peuvent orienter le diagnostic. Par exemple,

- En cas d'arthrose, la douleur commence plutôt le matin ou après une période de repos ;
- En cas d'inflammation ou de surcharge, la douleur est plus forte pendant un effort du genou ou juste après.

Comment le diagnostic est-il posé ?

Pour commencer, le médecin vous posera des questions par rapport à l'apparition et à l'évolution de la douleur.

Ensuite, il effectuera une série de tests sur le genou et il examinera aussi éventuellement la hanche et la cheville.

Si nécessaire, le médecin demandera des examens complémentaires, comme une prise de sang ou un examen d'imagerie médicale (par exemple radiographie, échographie ou scanner).

Que pouvez-vous faire ?

En cas de surcharge du genou, il est important de ne pas trop le solliciter la ou les premières semaines. En cas de doute quant à la cause de la douleur au genou ou en présence de symptômes persistants, consultez le médecin.

Que peut faire votre médecin ?

En fonction de ce qui cause la douleur au genou, le médecin commencera un traitement par exemple avec un antidouleur, de la kinésithérapie et, si nécessaire, il prescrira également du repos.

Dans certains cas, le médecin dirigera son patient vers un orthopédiste. Ce dernier proposera d'autres traitements en fonction de la cause.

En savoir plus ?

- Anatomie du genou (image) – Larousse

Source

Guide de pratique clinique étranger 'Genou douloureux' (2000), mis à jour le 22.05.2017 et adapté au contexte belge le 10.02.2018 – ebpracticenet