



La maladie de Sever

Votre médecin vient de diagnostiquer une maladie de Sever chez votre enfant. Cette fiche a pour but de vous informer sur les origines de cette pathologie et de vous présenter les différentes possibilités de traitement. Notez bien que cette fiche n'a qu'un caractère informatif ; chaque cas est différent et les consignes de votre médecin prévalent.

La maladie de Sever, qu'est-ce que c'est ?

La maladie de Sever fait partie de la famille de pathologies appelées « ostéochondroses » ou « apophysoses ». Il s'agit de pathologies bénignes, spécifiques au squelette en croissance.

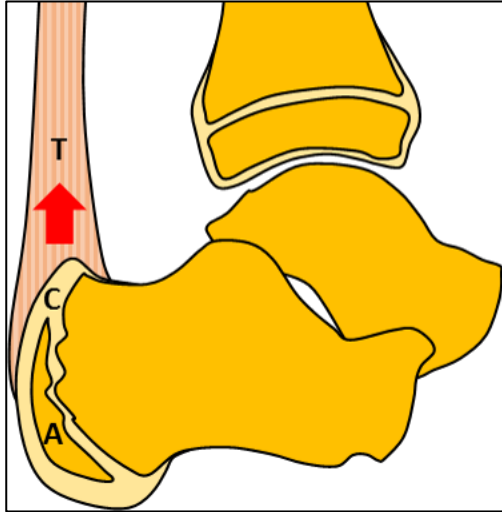
Anatomie

Chez l'enfant et l'adolescent, la croissance du squelette est assurée par une structure appelée **cartilage de croissance**. Il s'agit d'une zone non-encore ossifiée, qui fabrique de l'os tout au long de la croissance et va permettre l'augmentation de taille et de longueur de l'os. Dans certaines régions du squelette, on trouve des reliefs osseux sur lesquels viennent s'insérer les tendons et les muscles. Ces zones s'appellent des « **apophysés** » et sont soumises à des contraintes importantes, en raison de l'action des muscles. Un cartilage de croissance existe à la base de chaque apophyse.

Au niveau du pied, et plus particulièrement de l'os du talon (le calcanéum), il existe une apophyse sur laquelle s'insère le tendon d'Achille : l'**apophyse calcanéenne** ou grosse tubérosité du calcanéum.

Causes de la maladie de Sever

Le tendon d'Achille (ou tendon calcanéen) est relié à un groupe musculaire très puissant au niveau du mollet : le triceps sural. En se contractant, le muscle va tirer très fort sur son insertion : l'apophyse calcanéenne. Lorsque le cartilage de croissance est encore actif (en général jusqu'à environ 12-13 ans à cet endroit), la traction du tendon d'Achille peut provoquer une réaction inflammatoire, à l'origine des douleurs.



Pied en croissance de profil. L'apophyse calcanéenne (A) est entourée d'une matrice cartilagineuse (C) sur laquelle vient s'insérer le tendon calcanéen (T). C'est la traction du tendon (flèche rouge) qui va provoquer une réaction inflammatoire et des douleurs.

Quels sont les symptômes de la Maladie de Sever ?

La maladie de Sever se traduit par des douleurs au niveau du talon, qui surviennent volontiers lors de la pratique sportive ou juste après. Ces douleurs peuvent irradier soit vers le mollet, soit vers la voûte plantaire. Parfois, la maladie de Sever peut causer des douleurs très importantes et empêcher votre enfant de poser le pied par terre. En règle générale, il existe une alternance de phases douloureuses et de phase asymptomatiques.

Le diagnostic de la Maladie de Sever repose sur l'examen clinique. Cependant, votre médecin peut demander une radiographie du pied, de façon à s'assurer de ne pas passer à côté d'un autre diagnostic.

Quel est le traitement de la maladie de Sever ?

Rassurez-vous, il s'agit d'une **pathologie bénigne**. Par définition, cette pathologie étant spécifique au squelette en croissance, les symptômes disparaissent spontanément avec la fin de croissance et sont relativement rares après l'âge de 14 ans.

Cependant, certains traitements peuvent permettre de soulager les symptômes :

- La **mise au repos sportif** lors des crises douloureuses permet en général de raccourcir la durée des symptômes. En dehors des périodes douloureuses, la pratique sportive n'est pas contre-indiquée.
- La pratique **d'étirements musculaires** réguliers permet d'assouplir les muscles du mollet, et ainsi de diminuer la traction du tendon d'Achille sur l'apophyse calcanéenne
- Le port de **semelles** avec une talonnette amortissante peut permettre de soulager les chocs sur le talon et de soulager les symptômes