



ULTRA SPORTS SCIENCE

Les blessures musculo squelettiques du sportif

Organisateurs d'événements & Professionnels de santé

- Diffusion de message de prévention par les organisateurs, sur la nature du terrain, les possibles blessures, pas de médicaments...
- Penser aux blessures de la hanche chez les coureurs : elles sont courantes et un diagnostic correct présente souvent des défis.
- Et notamment : **l'ostéoporose transitoire de la hanche (TOH)** qui est une maladie rare et spontanément résolutive qui se manifeste par une douleur aiguë, un handicap et une démarche antalgique avec une récupération spontanée en 4 à 9 mois.

Cette ostéoporose transitoire de la hanche affecte principalement les hommes d'âge moyen, et le diagnostic est fait par IRM et radiographies simples qui démontrent respectivement un œdème de la moelle osseuse et une déminéralisation osseuse.

La sensibilisation et le diagnostic précoce sont importants pour exclure d'autres affections plus graves comme la nécrose avasculaire qui peuvent se présenter de manière similaire.

Pour les organisateurs de course, il s'agit de respecter des objectifs clairs :

- Pouvoir apporter les premiers soins en cas de blessures musculo squelettiques sur place
- Pour ensuite effectuer un transfert médicalisé vers un centre spécialisé
- Les pathologies musculo squelettiques ne sont pas des urgences médicales extrêmes

Pour cela il est nécessaire de mettre en place :

- Une bonne répartition des équipes de secouristes sur la course pour effectuer les premiers secours et informer l'équipe médicale du lieu de l'accident.
- De disposer des traitements et équipements nécessaires (froid, attelles d'immobilisations, antalgiques...)
- Une très bonne mobilité de l'équipe médicale d'urgence avec des véhicules adaptés aux terrains (moto, quad, etc...) pour administrer les premiers soins vitaux sur place.
- D'avoir des véhicules de transferts.
- D'avoir des moyens de communication adaptés pour l'organisation des secours pour les divers intervenants (organisateurs, secouristes, équipes médicales, services hospitaliers...)

Il est donc indispensable pour les organisateurs de course de prévoir la prise en charge des blessures musculo squelettiques des sportifs dans leur couverture sanitaire globale de leur événement sportif

PORTER ASSISTANCE



Je porte assistance à tout autre compétiteur en difficulté qui aurait besoin de mon aide.

SOUSCRIRE À UNE ASSURANCE



Je souscris à une assurance adaptée aux risques de la pratique de mon sport (Couverture des frais d'hélicoptère).