

## Traiter ses tendinites avec son propre sang

Jean-Michel Bader

20/02/2009 | Mise à jour : 21:52

Une technique faisant appel au plasma du sportif blessé accélère la cicatrisation et le retour à l'entraînement.

Claquages musculaires, tennis elbows, tendinites de tout poil et fractures affectent les athlètes de haut niveau comme des sportifs du dimanche. Pour y répondre, les orthopédistes et les médecins du sport, en dehors de la contention et de la rééducation, n'ont que peu de traitements constamment efficaces et sûrs à leur proposer.

Une technique cicatrisante révolutionnaire fait actuellement un malheur dans le monde du sport : deux des gloires de l'équipe de football américain des Pittsburgh Steelers (Hines Ward et Troy Polamalu) ont reçu, pour réparer des lésions tendineuses qui les faisaient souffrir, une injection au niveau du site douloureux d'une préparation de leur propre sang. Et ils ont gagné le Superbowl le 1er février dernier à Tampa, au Texas !

Des handballeurs, des basketteurs, des footballeurs professionnels par dizaines et des sportifs du dimanche par centaines ont déjà profité de cette innovation, basée sur du plasma enrichi en plaquettes (PRP). Elle a été mise au point dans les années 1970, mais s'est développée au milieu des années 1990 grâce à un chirurgien maxillo-facial de la Mayo Clinic (Rochester, Minnesota), le Dr Robert Marx.

Une violation du code de l'Agence mondiale antidopage

De quoi s'agit-il ? Ce traitement consiste à mimer en quelque sorte le processus naturel de cicatrisation. Sur le site d'une blessure fraîche surgissent des plaquettes sanguines (cellules de la coagulation) qui sont à l'origine de tout caillot. Ces plaquettes diffusent des dizaines de facteurs de croissance qui ordonnent aux cellules sur place de s'activer pour aider à la constitution d'un hématome. Puis de fabriquer de l'os ou du tendon, des vaisseaux sanguins, des cellules de soutien...

Le rugbyman blessé du genou, le joueur de tennis ayant une rupture du tendon d'Achille se voient d'abord prélever une poche de sang. Celle-ci, dûment anticoagulée, est centrifugée deux fois de suite pour extraire cette fraction du plasma très concentrée en plaquettes. Ces éléments du sang sont alors quatre à cinq fois plus concentrés que dans le sang frais normal.

Enfin est ajouté à ce plasma du calcium, qui va activer les plaquettes. Immédiatement, l'extrait est injecté directement dans le site de la blessure, qu'il s'agisse d'un tendon, d'un muscle ou d'un foyer de fracture. Sur place, les plaquettes vont libérer les substances actives qui vont accélérer la guérison. En moins de dix minutes, le processus a démarré. En une heure, 95 % des dizaines de facteurs de croissance (épidermique, vasculaire, fibroblastique...) ont été libérés. Les plaquettes injectées vont rester vivantes dans le site d'injection pendant sept jours, et continuer à sécréter les

substances aidant la cicatrisation.

Important avantage du procédé : cette «soupe» sanguine est très bien tolérée par le receveur, et surtout elle contient autant de substances activatrices que frénatrices, reproduisant exactement, en l'accélération, le mécanisme naturel.

Des essais cliniques sur les lésions tendineuses des entorses, les tendinites du coude et de la rotule, les ruptures du tendon d'Achille ont été faits : la reprise du mouvement est plus rapide chez ces patients, ils renouent avec la course à pied ou l'entraînement plus rapidement, les douleurs s'estompent plus vite. Quelques praticiens ont commencé en France avec succès à utiliser ce traitement, qui nécessite une collaboration avec un centre de transfusion sanguine.

Avant que nos lecteurs sportifs ne se précipitent chez les médecins du sport, il faut tout de même évoquer un défaut majeur du système : son usage constitue en l'état actuel une violation du code de l'Agence mondiale antidopage ! En effet, la liste B des produits interdits prohibe tant l'autotransfusion que l'usage de l'hormone de croissance et du facteur de croissance IGF-1 (Insulin Growth Factor) contenus dans le plasma enrichi. Marlon Shirley, un athlète paralympique américain qui court le 100 m, le 200 m et le relais 4 × 100 m, a renoncé au PRP pour soigner son tendon d'Achille rompu avant les JO de Pékin.

<http://www.lefigaro.fr/sante/2009/02/21/01004-20090221ARTFIG00170-traiter-ses-tendinites-avec-son-propre-sang-.php>