

Douleur au genou chez l'adulte

Quelle imagerie ?

Juin 2022

Vous avez une douleur au genou intense ou persistante. Pour en déterminer la cause et vous proposer le traitement le plus approprié, le médecin va vous examiner et demander si besoin des examens d'imagerie (radiographie, échographie, IRM, etc.). Ce document vous informe sur les imageries pouvant être nécessaires lors d'un premier épisode de douleur au genou ; il complète vos échanges avec votre médecin et ne remplace pas son avis. Les informations qu'il contient s'appuient sur les données scientifiques les plus récentes.

Douleur au genou : de quoi parle-t-on ?

Le genou est une articulation très sollicitée, qui supporte le poids du corps. La douleur au(x) genou(x) est un symptôme fréquent dont les causes sont nombreuses. Elle peut être liée à :

- l'usure des articulations (arthrose) ; c'est la cause la plus fréquente de douleur au genou après 40-50 ans ;
- un traumatisme (coup, chute, traumatismes sportifs) ;
- des postures contraignantes prolongées (travail accroupi ou à genoux) ;
- d'autres maladies atteignant les cartilages, l'os, les tendons, les ligaments ou les ménisques (voir schémas) ;
- une douleur provenant d'une autre partie du corps (hanche, colonne vertébrale) mais ressentie au niveau du genou, douleur due à des atteintes des nerfs ou des vaisseaux sanguins.

Schéma de genou de face

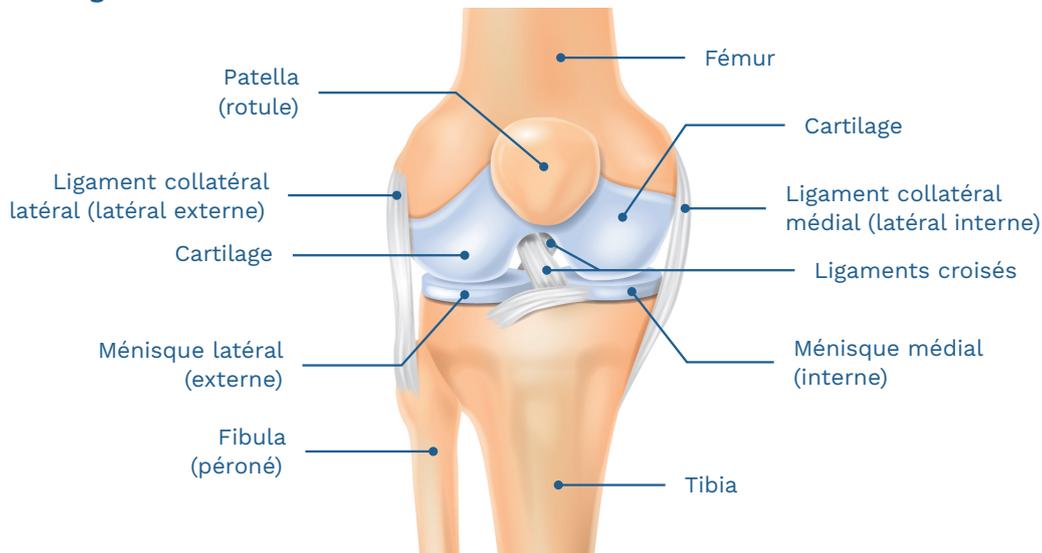
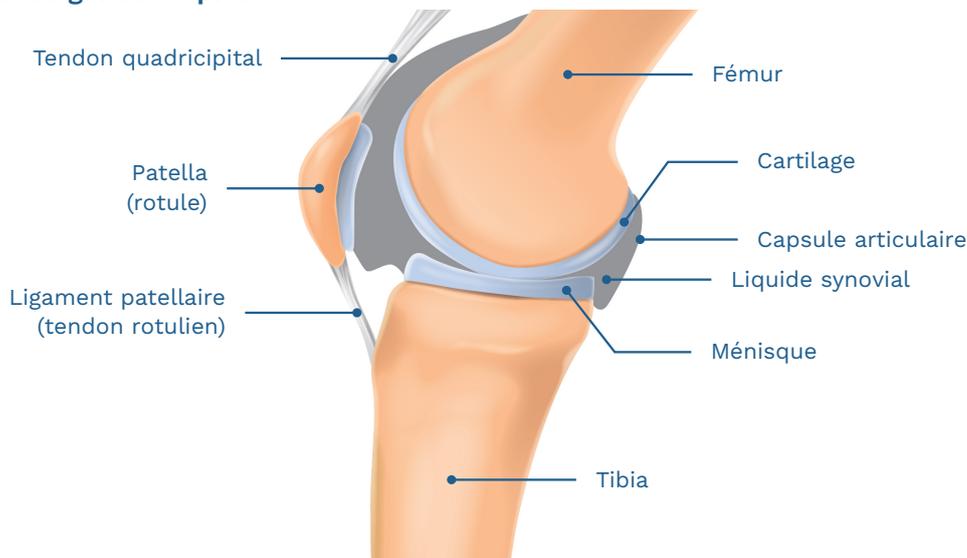


Schéma de genou de profil



Comment va se dérouler la consultation avec mon médecin ?

Le médecin va échanger avec vous sur :

- vos symptômes, leur ancienneté, leur survenue progressive ou brutale, liée ou non à un traumatisme ;
- l'existence d'une chirurgie antérieure ou de maladies associées ;
- vos traitements en cours.

Il est important que vous lui expliquiez votre ressenti et l'impact des symptômes sur votre vie quotidienne, sportive ou professionnelle.

Il va ensuite vous examiner afin de déterminer quelle pourrait être la cause de cette douleur intense et persistante au genou et quels examens d'imagerie paraissent nécessaires.

Dans quels cas dois-je consulter un médecin en urgence ?

- Après un traumatisme du genou, quand la douleur est très intense et que vous ne pouvez plus ni rester debout ni marcher.
- En dehors d'un traumatisme du genou, si vous ressentez des douleurs très intenses, non soulagées par le repos, s'intensifiant rapidement, qui vous empêchent de dormir, et si celles-ci sont associées à un gonflement du genou ou à de la fièvre.

Pourquoi des radiographies du genou peuvent-elles être nécessaires ?

Après vous avoir examiné, le médecin peut être amené à faire réaliser des radiographies du genou, faites en position debout, dites « en charge ». Elles vont permettre de visualiser, par exemple : des signes d'arthrose, des calcifications, une fracture, voire une autre atteinte osseuse, un épanchement, des anomalies de l'alignement des os.

La radiographie est un examen facilement accessible. Elle permet le plus souvent d'identifier la cause de la douleur au genou sans qu'il soit nécessaire de recourir à une autre imagerie. De plus, l'irradiation liée aux radiographies du genou est très faible, inférieure à l'irradiation naturelle. Malgré cette faible irradiation, le principe de précaution fera limiter, sauf en cas d'urgence, la réalisation des radiographies chez la femme enceinte ou susceptible de l'être.

Pourquoi une IRM (imagerie par résonance magnétique) est-elle rarement nécessaire ?

Les examens ultérieurs vont dépendre des résultats des radiographies, de l'évolution des symptômes, et de l'examen clinique effectué par le médecin :

- si les radiographies montrent des signes d'arthrose, réaliser une IRM n'a généralement pas d'intérêt. En effet, si vos douleurs sont liées à de l'arthrose, le résultat de l'IRM n'aura pas d'influence sur le traitement proposé par votre médecin. De plus, l'IRM ne peut pas être réalisée debout, contrairement aux radiographies ;
- rarement, une IRM (ou d'autres examens d'imagerie comme une échographie, un scanner ou une scintigraphie) pourra être demandée par votre médecin, notamment si :
 - l'examen et l'évolution clinique le justifient,
 - les radiographies ne suffisent pas à expliquer l'origine de vos douleurs,
 - elles mettent en évidence un autre problème que de l'arthrose.

Attention, il peut y avoir des contre-indications à l'IRM. Parlez-en avec votre médecin.

Des lésions méniscales liées au vieillissement sont souvent retrouvées en IRM

Or, ces lésions ne sont pas nécessairement en lien avec la douleur ressentie ; leur présence ne fera pas changer le traitement proposé par votre médecin et elles ne nécessitent qu'exceptionnellement d'être opérées.

Leur fréquence augmente avec l'âge, on les retrouve chez :

- 25 % des personnes entre 50 et 59 ans, 35 % entre 60 et 69 ans, 45 % entre 70 et 79 ans ;
- 75 à 95 % des personnes atteintes d'arthrose.

De même, les kystes poplités visibles en échographie ou IRM ne nécessitent que rarement une prise en charge spécifique.

Que puis-je faire pour soulager la douleur ?

Un traitement antidouleur associé à un glaçage régulier peut être nécessaire, voire un autre traitement en fonction de la maladie qui cause votre douleur au genou. Votre médecin discutera avec vous des différentes options.

Si vous avez de l'arthrose, un changement des habitudes de vie peut parfois suffire à soulager la douleur et à freiner l'évolution de la pathologie. Il peut s'agir :

- d'une perte de poids en cas de surpoids ;
- de la prescription d'une activité physique adaptée.

Dans quelles situations dois-je revoir mon médecin ?

Si l'évolution de la douleur est inhabituelle :

- si la douleur persiste ou s'aggrave malgré le traitement proposé par votre médecin ;
- si de nouveaux symptômes apparaissent au niveau du genou (notamment une sensation de blocage de l'articulation, un gonflement du genou) ou d'une autre articulation.

Le gonflement du genou

Il correspond à une réaction physiologique en réponse à une souffrance du genou ; il ne présage ni de l'origine ni de la gravité de l'atteinte.

Il peut parfois s'agir d'un épanchement (présence de liquide dans l'articulation).

En cas d'épanchement, dans certains cas, le médecin pourra juger utile de ponctionner l'articulation afin de prélever le liquide articulaire pour l'analyser et/ou l'évacuer (pour vous soulager). La ponction du genou est généralement peu douloureuse (comparable à une prise de sang ou un don du sang). Il est important que vous signaliez au médecin si vous avez de la fièvre ou une autre infection, si vous prenez un traitement pour fluidifier le sang ou si vous êtes allergique.

Et si ma douleur au genou était liée à une maladie professionnelle ?

Si vous ou votre médecin pensez que vos douleurs au(x) genou(x) peuvent être en lien avec votre activité professionnelle, des documents particuliers devront être renseignés permettant d'ouvrir vos droits, certains examens d'imagerie pourront être prescrits pour étayer la demande de prise en charge spécifique¹.

i Pour aller plus loin

Les informations de la HAS

→ disponibles sur www.has-sante.fr

Les informations de l'Assurance maladie

→ disponibles sur www.ameli.fr/assure/sante/themes/gonalgie

Le soutien des associations d'usagers

→ Association française de lutte anti-rhumatismale (Aflar)
www.aflar.org

→ Association française des polyarthritiques et des rhumatismes inflammatoires chroniques
www.polyarthrite.org

1. Critères de reconnaissance des lésions chroniques méniscales : tableaux Régime général n° 79 et Régime agricole n° 53. Critères de reconnaissance des tendinopathies : tableaux Régime général n° 57 et Régime agricole n° 39.

Ce document a été élaboré par des professionnels de santé et des usagers. Il a été rédigé selon les connaissances disponibles à la date de sa publication qui sont susceptibles d'évoluer en fonction de nouvelles données.

Toutes nos publications sont téléchargeables sur www.has-sante.fr