

SYNTHESE

Entorse du ligament collatéral latéral (ligament latéral externe) de cheville : diagnostic, rééducation et reprise de l'activité physique et de la pratique sportive

Validée par le Collège le 3 avril 2025

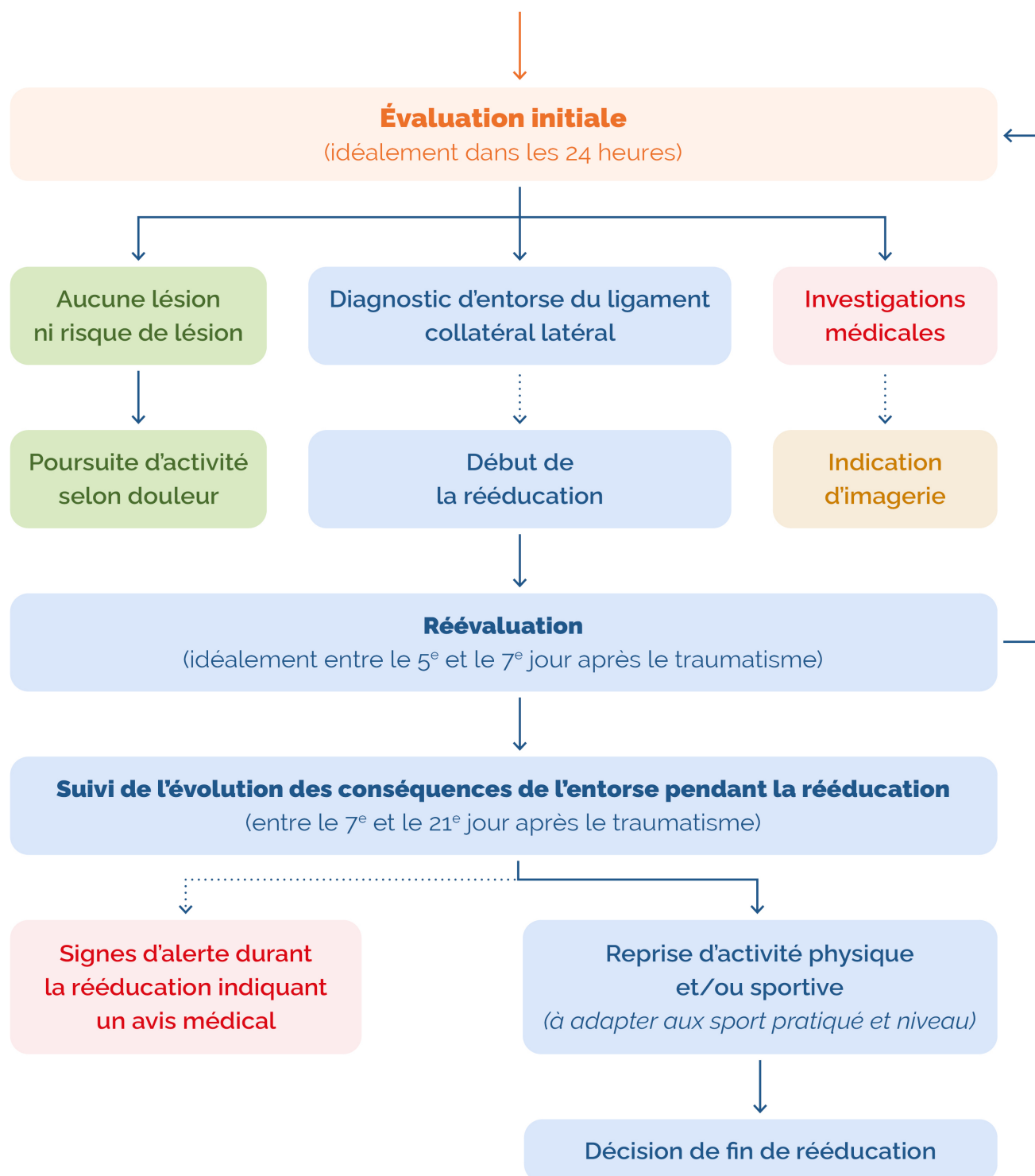
L'essentiel

L'entorse de cheville est souvent banalisée par une grande majorité de la population qui méconnaît les risques de récurrence et d'instabilité chronique, en l'absence d'une prise en charge appropriée.

Après un traumatisme en torsion de cheville entraînant des symptômes (douleur, œdème, limitation fonctionnelle, etc.), toute personne devrait consulter un médecin généraliste ou un masseur-kinésithérapeute exerçant dans le cadre de l'accès direct ou d'un protocole national de coopération – idéalement dans les 24 heures suivant le traumatisme.

- ➔ Cette consultation vise à évaluer la nécessité de prévoir, ou non, une rééducation – particulièrement afin de prévenir les risques de récurrence et d'instabilité chronique de la cheville – et à prodiguer des conseils à défaut de rééducation, le cas échéant. En présence de signes évoquant un diagnostic différentiel à l'entorse du ligament collatéral latéral, une prise en charge médicale est préconisée.
- ➔ La rééducation est le traitement de première intention à proposer aux patients diagnostiqués d'une entorse du ligament collatéral latéral.
- ➔ La rééducation doit être mise en place rapidement pour les patients ayant un premier épisode d'entorse et pour ceux présentant des récurrences, quels que soient leur âge et leur pratique d'activité physique et/ou sportive.
- ➔ La rééducation est personnalisée et individualisée selon les résultats des évaluations réalisées – et non protocolisée selon des délais prédéfinis.
- ➔ L'organisation des soins présentée en page suivante est à adapter selon les ressources humaines et matérielles disponibles sur chaque territoire, pour apporter une réponse rapide et appropriée au patient consultant après un traumatisme en torsion de cheville.
- ➔ Les réévaluations permettent d'adapter les objectifs et le contenu de la rééducation, mais aussi le nombre et les modalités des séances co-définies par le rééducateur et le patient.

Traumatisme en torsion de la cheville



La version développée de ce schéma, qui ajoute les critères d'orientation, figure en Annexe 3 de l'Argumentaire.

Ce document présente les points essentiels de la publication : **Entorse du ligament collatéral latéral (ligament latéral externe) de cheville : diagnostic, rééducation et reprise de l'activité physique et de la pratique sportive**, avril 2025

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