

RESUME

Les douleurs du blessé médullaire, dont les courbatures font partie, sont une des cibles de la prise en charge masso-kinésithérapique. Celles-ci sont le résultat d'une intolérance musculaire à l'effort et sont d'autant plus importantes que le travail réalisé est inhabituel. Or, le plus souvent suite à une lésion médullaire, la situation exige l'utilisation d'un fauteuil roulant manuel et impose une modification d'usage des membres supérieurs, véritables remplaçants des membres inférieurs. La phase d'«athlétisation» entraîne d'importantes contraintes du segment sus-lésionnel induisant entre autres des courbatures.

Chez le sujet sain et/ou sportif, le massage aurait une certaine efficacité (diminution de la douleur, meilleure récupération). L'étude préliminaire, présentée ici, propose d'étudier le phénomène à la suite d'un exercice induisant des courbatures en centre de réadaptation sur 4 blessés médullaires.

Les résultats montrent que les courbatures sont un phénomène douloureux commun aux blessés médullaires et révèlent que le massage a une tendance positive à les atténuer sans pouvoir prouver l'exclusivité de son efficacité. Il apparaît également une certaine habitude aux contraintes exercées sur le segment sus-lésionnel à la suite de la phase de réentraînement à l'effort.

Mots clés : blessé médullaire, courbatures, massage, douleur, réentraînement à l'effort.