

**La course à pied est-elle mise à l'épreuve dans l'arthrose de hanche ?
Analyse critique du bilan et réflexion autour d'un cas**

Introduction : l'arthrose est la pathologie articulaire la plus répandue. Elle se caractérise par une inflammation associée à une dégénérescence du cartilage. Cette surface de glissement, ayant pour rôle de résister aux contraintes et d'assurer un bon amortissement, peut être remaniée voire altérée, ce qui expose davantage les structures sous-jacentes. Une fois l'arthrose installée, les activités à fort impact comme la course à pied, sont peu recommandées pour ce type d'affection. Cependant, l'activité physique ne semble pas être un facteur de sur-sollicitation des structures si elle est progressive et adaptée. Bien au contraire, elle produit une action antalgique et peut même avoir un effet protecteur localement si la gestion de l'impact au sol est correcte. Ainsi, nous nous sommes interrogés quant au bilan masso-kinésithérapique à réaliser pour analyser les capacités, d'un patient atteint d'arthrose de hanche, à absorber les contraintes par une diminution de son impact au sol lors de la course à pied.

Méthode : nous avons dans un premier temps passé en revue la littérature scientifique afin de construire le bilan masso-kinésithérapique le plus adéquat pour ces patients souhaitant reprendre la course à pied. Dans un second temps, pour approfondir cette réflexion autour de notre hypothèse, nous nous sommes appuyés d'une étude de cas réalisée en pratique courante au sein d'un cabinet libéral.

Résultat : la complémentarité de l'analyse de la littérature et du raisonnement critique autour de cette expérience clinique nous ont permis de déterminer les points essentiels du bilan afin de répondre au mieux aux attentes du patient. Ainsi, nous avons pu établir les objectifs de traitement à mettre en place en vue d'une possible reprise de la course.

Discussion : une étude ultérieure devrait être réalisée pour approfondir la modération de l'impact au sol comme possible solution à la reprise de la course à pied chez des sujets atteints d'arthrose symptomatique de hanche, maintenant que les prérequis relatifs au bilan initial sont abordés.

Mots clés : arthrose de hanche, bilan masso-kinésithérapique, cas clinique, course à pied, charge d'impact.

**Is running tested in hip osteoarthritis?
Critical analysis of the assessment and thinking on a case**

Introduction : osteoarthritis is the most frequent joint disease. This is characterized by an inflammation associated with articular cartilage degeneration. This sliding surface, which aims to resist stresses and to ensure a good cushioning, can be redesigned or even altered, which further exposes the underlying structures. Once osteoarthritis installed, high-impact activities such as running are not recommended for this type of condition. However, physical activity doesn't seem to be a factor over-stressing the structures if it is progressive and adapted. On the contrary, it produces an analgesic action and can even have a protective effect locally if the impact on the ground is correctly managed. Thus, we wondered about the physiotherapy assessment to be performed to analyse the ability of a patient with hip osteoarthritis to reducing its impact on the ground during running.

Method : we have first reviewed the scientific literature in order to create the most appropriate physiotherapy assessment for these patients wishing to resume running. Secondly, in order to deepen our thinking about our hypothesis, we have used a study case carried out in a private practice.

Result : the complementary analysis of the literature and the critical reasoning around this clinical experience allowed us to identify the essential items of the assessment in order to best meet the patient's expectations. Thus, we have been able to establish the treatment goals that have to be implemented in order to resume running.

Discussion : a future study should be conducted in order to further investigate the ground impact moderation as a possible solution to the resumption of running in subjects with symptomatic hip osteoarthritis, now that the prerequisites for the initial assessment have been addressed.

Key words : hip osteoarthritis, physiotherapy assessment, clinical case, running, impact load.