

## Résumé / Abstract

### **L'efficacité de la masso-kinésithérapie dans la prise en charge du syndrome de stress du tibia médial : une initiation à la revue de la littérature**

**Introduction** : le syndrome de stress du tibia médial (MTSS) est une pathologie de surmenage du membre inférieur. Elle se caractérise par une douleur le long du bord postéro-médial du tiers médial ou distal du tibia. L'incidence du MTSS représente jusqu'à 35 % des blessures et touche principalement les sportifs et la population militaire. Différentes hypothèses sont émises et restent à prouver sur l'étiologie de cette pathologie. Concernant le traitement, aucune recommandation n'a été publiée. L'objectif de cette revue est d'étudier l'efficacité des différents traitements possibles en masso-kinésithérapie dans la prise en charge du syndrome de stress du tibia médial.

**Matériel et Méthode** : la recherche bibliographique a été effectuée sur les bases de données PubMed, Cochrane Library, Science Direct et PEDro couvrant les publications de janvier 2011 à janvier 2022. Des critères d'inclusion et d'exclusion ont été préalablement définis.

**Résultats** : Sept articles en anglais ont été inclus : six essais contrôlés randomisés et un essai contrôlé non randomisé. La qualité des essais est hétérogène, avec un score PEDro allant de 3 à 10. Trois articles traitaient des ondes de chocs, un ECR portait sur le laser, deux ECR recherchaient les effets des orthèses plantaires et du taping et le dernier ECR se basait sur un programme de course graduée associé ou non à des exercices ou des bas de compression. Des résultats significatifs concernent les ondes de chocs. Les orthèses plantaires et le taping semblent apporter des résultats efficaces.

**Discussion** : Le laser, le taping, les orthèses et le programme de course graduée sont des thérapies qui n'ont pas obtenu de résultats significatifs et/ou qui comportent plusieurs limites. La thérapie par les ondes de chocs est une technique pouvant être efficace dans le traitement du MTSS, mais les modalités de son application sont encore à définir. D'autres recherches plus approfondies et de meilleure qualité sont encore à effectuer concernant ces différentes techniques.

**Mots clés** : masso-kinésithérapie, syndrome de stress du tibia médial, traitement

---

### **The efficiency of physical therapy in the management of medial tibial stress syndrome: an initiation of literature review**

**Introduction** : medial tibial stress syndrome (MTSS) is an overuse pathology of the lower limb. It's characterized by pain along the posteromedial border of the medial or distal third of tibia. MTSS' incidence accounts for up to 35% of injuries and mainly affects athletes and military people. Different hypotheses are evoked and remain to be proven about the etiology of this pathology. Concerning the treatment, no recommendation has been published. The objective of this review is to study the effectiveness of different possible treatments in physical therapy in management of medial tibial stress syndrome.

**Materials and Methods** : bibliography research was performed on PubMed, Cochrane Library, Science Direct and PEDro databases covering publication from January 2011 to January 2022. Inclusion and exclusion criteria have been previously defined.

**Results** : Seven english articles have been included : six randomized controlled trials and one controlled trial not randomized. Quality of the trials is heterogeneous, with a PEDro score ranging effect from 3 to 10. Three articles dealt with shock waves, one RCT dealt with laser, two RCT's looked for foot orthotics and taping's effects, and the last RCT was based on a graded running program associated or not with exercises or compression stockings. Significant results are obtained with shock waves. Foot orthoses and taping seem to bring efficient results.

**Discussion** : Laser, taping, orthotics, and the graded running program are therapies which didn't get no significant results and/or have several limitations. Shockwave therapies is a technique potentially efficient in MTSS treatment, but modalities's application are still not defined and should be in the future. Additional better research in term of qualities are still needed to perform different techniques.

**Key words** : physical therapy, medial tibial stress syndrome, treatment