



RESULTATS DE L'ENQUETE SUR LES PATHOLOGIES LIEES A LA PRATIQUE DES SPORTS DE TRAÎNEAU (y compris canicross, caniVTT, trottinette et ski-joëring) ET CONSEILS DE PREVENTION

Cette enquête a été réalisée au sein de la FFST, lors de la saison 2012/2013, par distribution d'un questionnaire sur les sites de course et par mail.

41 questionnaires ont été remplis, dont 12 par des femmes et 29 par des hommes

18 ne déclarent aucun problème de santé en rapport avec les sports de traîneau dont 5 femmes et 13 hommes

20 déclarent des problèmes de santé en rapport avec ces sports dont 7 femmes et 13 hommes

1 homme rapporte des incidents liés à la logistique et la mise en place des gros attelages et non en course (option non prévue par le questionnaire !)

2 questionnaires sont inexploitable (non suffisamment rempli ou bien rempli en style inapproprié)

Remarque : un questionnaire peut évoquer plusieurs pathologies.

On retrouve 7 mentions de fractures dont

4 fractures des clavicule (en bike-joëring, traîneau 2 chiens, traîneau 8 et 9 chiens) = numéro un au scratch! dont une avec algo-dystrophie secondaire, 18 mois d'arrêt de travail et reconnaissance travailleur handicapé depuis.

1 fracture de sternum (en traîneau 6 chiens)

fractures de côtes (une fois en traîneau 8 chiens, associées à fracture de clavicule)

1 fracture de doigt (par enroulement de corde autour du doigt en traîneau 6 chiens)

On retrouve également

1 disjonction-acromio-claviculaire (en trottinette 2 chiens)

1 entorse bénigne du genou (en bike-joëring)

2 lésions méniscales (en bike-joëring et en ski-joëring)

2 mentions de rupture de ligament croisé (soit entorse grave du genou), en VTT et en trottinette deux chiens

1 hernie discale

Ainsi que des pathologies mineures

tendinite du genou 1 mention

brûlures 4 mentions par frottements ou en se faisant trainer au sol

hématomes 4 mentions en particulier aux mollets

plaies/contusions/égratignures 3 mentions

déchirure musculaire 2 mentions

Concernant les enfants

21 mushers ont des enfants qui pratiquent ou on pratiqué les sports de traîneau, soit la moitié, 15 n'en ont pas et 3 n'ont pas répondu.

Aucune mention d'enfant ayant eu des problèmes de santé en rapport avec les sports de traîneau, hormis une mention de chute sans blessure grâce au port du casque.

CONCLUSIONS :

Merci à tous pour ces réponses.

Il est assez significatif que 1 personne sur deux signale des problèmes de santé liés à la pratique des sports de traîneau et sur 20 questionnaires positifs 13 signalent des blessures conséquentes. La fracture de clavicule est la blessure de loin la plus fréquente. Les deux zones les plus représentées sont la clavicule (5/41) et le genou (5/41). Sur les 41 questionnaires remplis, un seul signale clairement des conséquences sévères et à long terme. On peut aussi se poser la question des conséquences à long terme pour au moins 5 autres questionnaires.

Le sexe semble influencer légèrement sur le risque (plus de risque pour les femmes) puisque sur 20 questionnaires positifs on attendait 5,8 femmes (12 femmes sur 41 ont répondu) or on en trouve 7.

En Résumé , d'après cette statistique :

Environ 1 musher sur 3 (13/41) se fait au cours de sa carrière une blessure conséquente, dans un peu plus de la moitié des cas sur terre (8 fois sur 13).

Environ 1 musher sur 7 (6/41) a une lésion ayant des conséquences à long terme.

1 musher sur 8 (5/41) se fait une blessure concernant la clavicule.

1 musher sur 8 (5/41) se fait une blessure du genou.

Il est possible que certains types de traumatismes soient évités par les protections actuellement couramment utilisées, en particulier le casque. On note qu'il n'est fait mention d'aucun traumatisme crânien.

Il semble envisageable de proposer aux musher d'autres types de protection, en particulier claviculaire et des genoux. On peut pour cela s'inspirer des protections couramment utilisées par les pratiquant de VTT (en particulier de descente) et de snow-board ou tout simplement de roller.

On peut conseiller aux pratiquants de sports de traîneau :

- De rouler sur des engins amortis (sur terre)

- De ne pas enrouler la ligne de trait autour des doigts, de la main, ou du bras.

- De porter systématiquement un casque et des gants.

- Pour ceux qui le souhaitent porter des protections :

 - de genoux, type roller ou VTT (en VTT et en trottinette en particulier)

 - d'épaule, type VTT, snow-board ou moto.

Exemples de protections trouvées dans le commerce :



Genoux



Genoux



Epaules



Epaules/Coudes



Epaules/cotes

Docteur Marie-Hélène REMY
Médecin Généraliste
Diplôme Universitaire de Médecine de Montagne
138 cours Berriat
38000 Grenoble
04 76 96 43 07

