⚠ *Fiche informative ne remplaçant pas un avis médical en cas de doute*

TRAUMATISME DU GENOU

Définition: Torsion lors d' un appui, d' une réception de saut ou liée à un choc direct

SIGNES D' URGENCE PRÉSENTS

- **Déformation du genou**
- **Plaie profonde et/ou os visible extérieurement**
- **Perte sensibilité et/ou pied froid**
- **Impossibilité d' étendre le genou**

OUI

Immobiliser le genou

Protéger par une bande s' il existe une plaie

15

NON

SIGNES DE GRAVITÉ

Notion de craquement

Et/ou douleur intolérable avec impossibilité de marcher malgré glace et attelle

OUI

Mettre l'attelle
ALLER AUX URGENCES

NON

Protocole **PEACE**

Protocole PEACE

Protection: Cesser toutes activités provocant de la douleur sur les premiers jours
Elévation: Élever le membre atteint quand vous êtes au repos, assis ou allongé
Arrêt des anti-inflammatoires (Ibuprofène, aspirine...): Appliquer de la glace et ne pas masser. Si besoin prendre du paracétamol*
Compression: Réaliser un bandage (strap) pour réduire le gonflement initial ou mettre l' attelle
Education: Pas de nécessité d' aller aux urgences, une consultation médicale est recommandée dans les 72 h
Continuer de poser le pied par terre lors de la marche pour éviter la constitution d' un caillot de sang (phlébite)

** Paracétamol 1000 mg (>16 ans et > 50 kg) en l'absence d' allergie ou de contre indication, à raison d' un comprimé toutes les 6 heures, 3 comprimés par jours au maximum (sous la responsabilité des parents si enfant mineur)*

Diffusion et partenariat avec le CD 31

Dr COUDOIN, travail de thèse V19.10.2021
Dr ESCOURROU, directeur de thèse