

Protocole de soins Bandelette Iliotibiale sur 6 semaines

AMSPR 09 11 04

J 0 Questionnaire

Test Noble +



CAT : + Arrêt 15 j de toute activité sportive

+ AINS 10 j

Radio (si déformation visible ou ressaut)

+ Variantes (mésothérapie)

+ RDV à J 15

J 15 Interrogatoire douleur depuis J 0

-



Reprise sportive avec recommandations

AINS 10 j

Test de Noble

+ : écho

Glaçage

Étirements après activités

Conseils sur le matériel

J 21

+ (=Image hypoéchogène)



Infiltration 0.5 cc Altin ou Diprostène

ECHO

-



Infiltration ou AINS 10 j ou mésothérapie

+ Repos sportif et RDV à J 45

J 45

Interrogatoire douleur depuis J 15

-



Reprise comme à J 15

Test de Noble

+



Avis Spécialisé