# Douleurs du genou

1*/ Douleur autour de la patella*

Si la douleur se situe **au-dessus** de la patella, il s’agit d’une douleur quadricipitale, c’est-à-dire une douleur sur le quadriceps, qui vient s’insérer sur la patella. La douleur se manifeste en position assise prolongée ou à la marche.

Si la douleur se situe **en-dessous** de la patella, elle se manifeste en position assise prolongée, à vélo ou à la course à pied. Il s’agit d’une douleur d’origine *inflammatoire*. Il y a souvent un petit gonflement sur la partie inférieure de la patella.



Si la douleur se situe sur la **face interne ou externe de la patella**, on pensera plutôt à un syndrome fémoro-patellaire, c’est-à-dire une douleur qui résulte du frottement de la patella contre le condyle du fémur.

2/ *Douleur faces interne/externe du genou*

Origine traumatique : douleur du ligament latéral interne (LLI)

Origine non traumatique : tendinite de la patte d’oie (la douleur se situe sous la portion inférieure du genou.



Si la douleur se situe dans la *partie interne du genou*, dans le creux articulaire, au niveau de l’interligne articulaire, cela peut être une douleur d’origine **méniscale** : la douleur se manifeste en charge, à la marche ou après avoir été assis.

Si la douleur se situe dans la *partie externe du genou*, dans le creux articulaire, au niveau de l’interligne articulaire, cela peut être une douleur d’origine **méniscale** : la douleur se manifeste en charge, à la marche ou après avoir été assis.

3/ *Syndrome de l’essuie-glace*

Si la douleur se situe proche de la rotule, on pensera plutôt à un syndrome femoro-patellaire.

Par contre, si la douleur se situe sur la partie légèrement inférieure du genou, en externe, cela peut être un **syndrome de l’essuie-glace** : la douleur se présente à la course à pied, à la marche prolongée, à la montée/descente des escaliers.

Si la lésion est d’origine *traumatique*, on peut penser à une lésion du ligament latéral externe (LLE), comme par exemple lors d’une entorse.

4/ *Douleur face postérieure du genou*

* S’il y a une sorte de boule dans le creux poplité, il peut s’agir d’un **kyste poplité** ;
* S’il y a une douleur à la marche, debout/assis prolongé, cela peut être dû à une douleur des **ischio-jambiers** (douleur partie extérieure du genou = tendinite du biceps fémoral ; douleur partie interne du genou = tendinite du semi-tendineux et/ou semi-membraneux) ;
* Si douleur dans le creux poplité, sans boule = douleur du **muscle carré poplité** : cette douleur est souvent associée à un pied qui part vers l’intérieur.

5/ *Douleur* ***dans*** *le genou*

Si douleur lancinante, pouvant être augmentée la nuit, augmentée à la marche : possibilité d’une **arthrose fémoro-tibiale**.

6/ *Douleurs d’origine traumatique*

* Accidents de ski, chocs avec genou en extension : lésion du **ligament croisé**, qui limite le tiroir antérieur/postérieur et stabilise donc le genou;
* Douleur avec genou qui part vers l’intérieur : **lésion du ligament latéral interne** ;
* Douleur avec genou qui part vers l’extérieur : **lésion du ligament latéral externe** ;
* Traumatismes directs : **fracture** du tibia, du fémur ou de la rotule.