

L'hôpital de la Providence, à Neuchâtel, met sur pied un Centre du sport multidisciplinaire destiné aussi bien aux coureurs du dimanche qu'aux athlètes de haut niveau. Objectif: traiter dans leur ensemble les affections découlant de la pratique du sport, qu'elles soient physiques, nutritionnelles ou psychiques. Contenu partenaire réalisé en collaboration avec l'hôpital de la Providence.

Un pôle spécialisé dédié à la médecine du sport

Le Centre du sport pluridisciplinaire de l'hôpital de la Providence vise la certification Swiss Olympic. Il prend en charge toutes les pathologies des sportifs amateurs ou de haut niveau.

PAR BRIGITTE REBETZ

→ Tendinites, entorses, fractures, problèmes musculaires, articulaires... Autant de blessures susceptibles de toucher les sportifs professionnels ou amateurs. La montée en puissance de la pratique sportive, constatée par l'Observatoire suisse du sport, s'accompagne d'ailleurs d'une hausse du nombre d'accidents. A l'hôpital de la Providence, le Centre du sport traite tous les types de pathologies, qu'elles soient physiques, diététiques ou psychologiques. Au cœur du projet, deux médecins du sport. Les docteurs Pierre Jobin (médecin d'Union Basket et auparavant de NE Xamax) et Adrien Schwitzguébel, spécialiste de la réadaptation et lui-même ancien karatéka d'élite. Autour d'eux, une équipe pluridisciplinaire de médecins et thérapeutes. Gros plan.

1 UN CENTRE OUVERT À TOUT LE MONDE

Le Centre du sport accueille tous les sportifs, de tout âge et de tout niveau. Il a pour vocation de traiter de manière globale et intégrée toutes les pathologies liées au sport, en ambulatoire (couvert par l'assurance de base). Cette idée d'une prise en charge complète trotte dans la tête du Dr Jobin, instigateur du projet, depuis plusieurs années. Avec Adrien Schwitzguébel, médecin du sport formé au Chuv, ils travaillent avec une équipe pluridisciplinaire qui comprend des physiothérapeutes, des diététiciens et des spécialistes, comme le Dr Vincent Villa, chirurgien orthopédiste qui a fait partie d'un centre Fifa spécialisé dans la chirurgie des sportifs de haut niveau. Au besoin, ils peuvent faire appel à d'autres médecins et thérapeutes de l'hôpital: médecins du Centre de la douleur, radiologues et pneumologue notamment, et prochainement une psychologue du sport.



Médecin du sport, le Dr Jobin est aussi spécialiste des lésions sportives des enfants et ados. DAVID MARCHON

2 UNE PRISE EN CHARGE SPÉCIFIQUE

Différentes pathologies peuvent survenir lors de la pratique d'un sport, comme une blessure des tendons, des problèmes musculaires, de l'arthrose ou des lésions du cartilage... «En cas de troubles biomécaniques, nous proposons des renforcements ciblés», indique le Dr Schwitzguébel, formé à la réadaptation. Les ultrasons sont couramment utilisés pour établir un diagnostic. «Nous prescrivons parfois aussi des traitements de prévention contre l'usure du cartilage lorsqu'un patient présente une fragilité», relève le Dr Jobin. «Il m'est arrivé d'en administrer à des tennismans pour contrer un problème d'usure. Si on peut éviter la chirurgie...» Médecin du sport depuis trente ans, il est aussi spécialiste des pathologies du sport chez les enfants et adolescents.

3 INTERVENTIONS PLURIDISCIPLINAIRES AVEC UN RÉSEAU INTERNE ET EXTERNE

Travailler avec un diététicien permet de vérifier si un sportif a des carences dont les conséquences peuvent être graves. «Le nutritionniste traite le patient en fonction du sport qu'il pratique. Les besoins ne sont pas les mêmes pour un marathonien ou un footballeur», illustre le Dr Jobin. Il déplore que parmi les conseils diététiques destinés aux sportifs qu'on peut glaner, «certains sont carrément aberrants». Surentraînement, fatigue, manque de confiance... Pour pouvoir dépister des problèmes de ce type, la collaboration avec un psychologue sera très intéressante. Le Centre du sport peut aussi compter sur un réseau externe pour adresser le patient chez un cardiologue, un podologue ou encore un spécialiste en diagnostic de la performance.

4 ET QUAND LA CHIRURGIE S'IMPOSE

Luxation de la rotule, atteinte au ménisque, rupture des ligaments croisés: lorsqu'un genou a subi un traumatisme, le Dr Vincent Villa, orthopédiste, intervient en synergie avec l'équipe du centre. Ces accidents surviennent surtout dans les sports générateurs de mouvements de pivot, football, ski, volley ou basket. De nouvelles techniques chirurgicales permettent désormais de réparer le genou en améliorant sa stabilité: reconstruction associée du ligament antérolatéral avec le ligament croisé antérieur, réparation de la partie postéro-interne du ménisque par arthroscopie, reconstruction du ligament MPFL avec une autogreffe. Le Dr Villa opère les genoux de nombreux sportifs: «Ils sont très demandeurs, car ils veulent pouvoir retourner à leur sport.»

5 VERS UN LABEL SWISS OLYMPIC

Le Centre du sport de l'hôpital de la Providence vise la labellisation «Sport medical base» de Swiss Olympic début 2021. La liste des critères de 18 pages porte sur la constitution d'une équipe médicale et thérapeutique expérimentée dans la prise en charge des sportifs d'élite, tout en respectant des normes liées à l'infrastructure, au matériel et à l'appareillage. «S'être fixé comme cible l'obtention d'un label aussi exigeant fédère les équipes autour d'un projet commun et motivant», explique Marilyn Délémonté, directrice adjointe de l'hôpital de la Providence. «D'autant plus que nous serons le seul centre de Suisse romande à avoir ce label. Et comme tout sportif, nous ne nous arrêterons pas là. L'objectif est de briguer ensuite la certification «Swiss Olympic medical centre», en 2023, dont le cahier des charges est encore plus poussé.»

Des traitements de physiothérapie adaptés à tous les types de sport

Une des exigences du label «Sport medical base approved by Swiss Olympic» porte sur les qualifications des physiothérapeutes, lesquels doivent avoir suivi une formation post-grade en physiothérapie du sport. Au sein de l'équipe de l'hôpital de la Providence (une dizaine de thérapeutes), deux physios (Gilles Divernois et Julie Morel) suivent actuellement cette spécialisation. Un troisième, Christophe Fleury est déjà inscrit pour la prochaine session. Cette formation est reconnue par la Fédération internationale de physiothérapie du sport, ce qui implique que ces praticiens font partie des réseaux spécialisés suisse et transnationaux. Natation, course ou basketball ne provoquent pas les mêmes blessures. Chaque sport génère des lésions spécifiques. Les physiothérapeutes du Centre du sport adaptent par conséquent leur prise en charge. «Il existe une palette de traitements pour tous les types de lésions et tous les types de

sport», souligne Julie Morel. «Nous traitons par exemple beaucoup de blessures du ligament croisé du genou, fréquentes chez les skieurs et footballeurs. Si c'est possible, nous essayons de les prendre en charge avant l'opération. Le traitement se poursuit après, pour ramener le patient au sport sans risque de récurrence.»

Le centre est équipé d'un appareil isocinétique pour les membres inférieurs, utilisé pour la rééducation, l'évaluation et la prévention. Cette machine – sorte de chaise intelligente – permet de réaliser des tests d'efforts et de chiffrer les résultats. «On peut ainsi voir où est un patient en convalescence. Cet examen nous aide à déterminer quand il peut reprendre la compétition. Il est en mesure de comparer la force d'une jambe opérée avec celle de la jambe saine», détaille Christophe Fleury. Les tests isocinétiques peuvent s'avérer tout aussi utiles pour faire le point sur la condition physique



Une séance de physio avec l'appareil isocinétique. DAVID MARCHON

d'un sportif amateur qui voudrait s'inscrire à une compétition ou d'un sédentaire décidé à se remettre au

sport. Dès la fin de cette année, le Centre du sport pourra aussi réaliser des tests d'efforts des épaules. Ces articu-

lations sont très sollicitées chez les adeptes de basketball, volleyball, tennis et natation.

En termes d'équipement, le centre dispose entre autres d'une salle de fitness où les physios peuvent faire travailler les patients sur des machines et d'un appareil à ondes de choc pour traiter les tendinopathies. Les physiothérapeutes de l'hôpital sont formés pour prendre en charge les sportifs d'élite comme les coureurs du dimanche. Sur prescription du Dr Pierre Jobin, ils traitent ainsi, entre autres, les basketteurs d'Union Neuchâtel, club de première division. «L'arrivée du Centre du sport nous a encouragés à revoir toutes nos pratiques et nos protocoles pour y intégrer les critères scientifiques en vigueur», résume Gilles Divernois. «Notre travail se base sur des données qui font référence, selon le principe de la médecine fondée sur les faits (evidence based practice).»