

Que représente la calcification à l'épaule ?

La calcification dans l'épaule se diagnostique par une radiographie et son origine est inconnue. La calcification n'est pas nécessairement symptomatique puisque 20% de la population en sont victimes et n'ont aucun symptôme. L'explication ostéopathique à laquelle j'adhère stipule que lorsqu'une traction excessive s'exerce sur un tissu sain pendant une période de temps prolongée ou qu'une articulation est devenue instable par sur-sollicitation ou à la suite d'un traumatisme, le corps réagit au stress continu subi par ce tissu ou cette articulation en formant de l'os pour rigidifier et solidifier ce tissu. Cette théorie rejoint les recherches qui démontrent que le corps a une réaction de défense face à un stress ou une force exerçant une tension de plus de 5% sur un tissu sain en produisant davantage de fibres de collagène pour rigidifier ce tissu. Ce n'est donc pas surprenant de constater que les endroits où l'on retrouve le plus souvent des dépôts de calcium sont les régions de plus grande mobilité (ex.: épaule, C4-C5, aorte, etc.). Dans les statistiques, la proportion des calcifications dans les épaules est plus grande chez la femme. Ceci n'est pas surprenant non plus car que la femme est davantage touchée par les problèmes viscéraux en lien avec l'épaule étant donné toute la sphère gynécologique avec l'utérus, les problèmes émotifs fréquents, ainsi que l'implication du diaphragme et du plexus solaire.

Donc, lors de calcification, il est recommandé de traiter les zones de rigidité pour enlever les tensions qui se répercutent sur l'articulation ou les tissus environnants et de stabiliser l'articulation hypermobile avec des exercices de stabilisation. Par exemple, si un patient fait des tendinites à répétition et que le problème ne se corrige pas, le corps s'en chargera en formant de l'os sur le tendon pour le solidifier. À la radiographie, le médecin constatera des calcifications qui témoignent qu'il y a quelque chose au niveau mécanique, tissulaire ou vasculaire qui ne va pas. Si vous vous acharnez à faire partir la calcification, qui est plus souvent qu'autrement non symptomatique, vous risquez d'obtenir un résultat incomplet. Il faut faire l'investigation profonde de l'épaule, du cou, du thorax, de la posture et de la sphère viscérale. Vous verrez que la douleur du patient se résorbera souvent même si la calcification demeure. Pour bien évaluer la bio-mécanique de l'épaule, il faut prendre en considération plusieurs aspects car l'épaule comporte plusieurs articulations qui sont toutes rattachées les unes aux autres et inter-dépendantes. Il ne faut pas simplement évaluer l'articulation gléno-humérale car bien souvent, la cause du problème se trouve ailleurs. Il faut évaluer la clavicule et la 1^{re} côte qui ont souvent une importance capitale, ainsi que le thorax, les articulations sterno-claviculaire et acromio-claviculaire, et finalement, la région cervico-dorsale et dorsale. Par

exemple, si la région cervico-dorsale est rigide, la flexion complète de l'épaule sera limitée et la personne sera obligée de compenser. Il se produira alors un syndrome d'accrochage et l'apparition d'une tendinite. De la même façon, si une personne a les épaules enroulées soit par une tension du petit pectoral ou par sa posture, cet enroulement des épaules diminuera l'espace entre l'acromion et la tête humérale et favorisera le développement d'une tendinite. Voilà deux exemples parmi tant d'autres.

Plusieurs études ont été effectuées à ce jour pour tenter de diminuer ou d'éliminer ce calcium. L'iontophorèse utilisée par les intervenants en physiothérapie, qui consiste à faire pénétrer du vinaigre dans les tissus pour tenter de dissoudre le calcium est peu efficace. Aucune recherche n'a démontré clairement son efficacité. Par contre, dans les cas où le calcium est trop abondant (plus d'un cm) et/ou que les traitements de physiothérapie et d'ostéopathie s'avèrent peu efficaces, des méthodes chirurgicales ou le lavage calcique seront parfois nécessaires et donnent de bons résultats. Le « shock wave therapy » est une nouvelle méthode qui a démontré des résultats aussi efficaces que la chirurgie quant à la diminution des symptômes même si elle enlève moins de calcium que la chirurgie.

Sébastien Plante
Physiothérapeute et ostéopathe
www.sebastienplante.ca