



**CH Glorieux**  
ZVB | SOINS INTÉGRÉS | PAYS DES COLLINES



ORTHOPÉDIE

# **Injections de PRP : Plasma Riche en Plaquettes**

## QU'EST-CE QUE LE PRP ?

Le PRP, Platelet Rich Plasma ou Plasma Riche en Plaquettes, est du plasma sanguin enrichi en plaquettes par une centrifugation. Le PRP, qui est obtenu à partir du propre sang du patient (sang autologue), contient différents facteurs de croissance capables de stimuler la régénération de certains tissus.

## QUELS SONT LES BÉNÉFICES D'UNE INJECTION DE PRP ?

- L'excellente sécurité des injections de PRP, sans événement indésirable majeur rapporté.
- Aucun effet secondaire à long terme n'a été rapporté.
- Des injections supplémentaires peuvent être pratiquées sans inconvénients lorsque le bénéfice clinique diminue avec le temps.

## QUI PEUT BÉNÉFICIER D'UNE INJECTION DE PRP ?

Le traitement par PRP a été très médiatisé par les résultats obtenus par des athlètes de haut niveau, mais tous les sportifs peuvent bénéficier de ce traitement.

L'injection de PRP peut également soulager des patients de tous les âges et souffrant de pathologies très diverses. Dans les [maladies arthrosiques](#), les résultats sont cependant plus favorables chez les patients plus jeunes et/ou souffrant d'une [arthrose peu évoluée](#).

## PRINCIPES DU TRAITEMENT PAR PRP

Les plaquettes sont des composants du sang responsables de la coagulation et de la cicatrisation. Le sang ne contient que 4% de plaquettes (contre 93% de globules rouges). La centrifugation permet d'obtenir du plasma concentré en plaquettes avec des facteurs de croissance qui vont stimuler la cicatrisation et d'autres biomolécules qui possèdent des propriétés anti inflammatoires et antalgiques. Les facteurs de croissance libérés en grand nombre par les plaquettes stimulent les cellules souches locales ce qui permet la cicatrisation des tissus lésés et réduit inflammation et hémorragie.

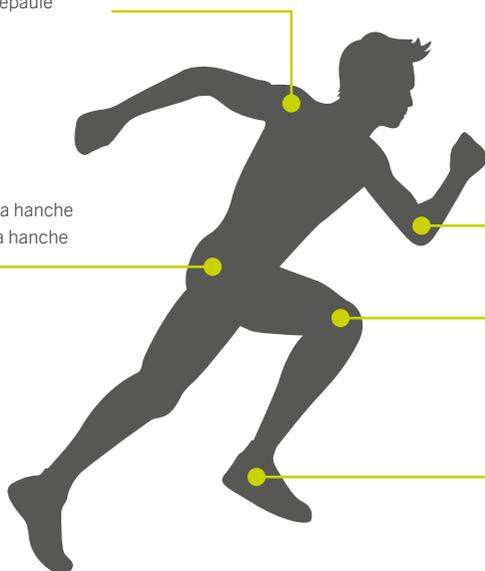
# QUE PEUT-ON TRAITER AVEC LE PRP ?

Les principales indications du traitement par injection de PRP sont :

- Tendinite de l'épaule : coiffe des rotateurs.
- Tendinite de coude (épicondylite ou épitrochléite).
- Tendinite d'Achille
- Tendinite de la hanche
- Tendinite du genou : tendinite rotulienne ou quadricipitale.
- Aponévrosite plantaire (épine calcanéenne)
- Lésions musculaires aiguës ou chroniques
- Lésions ligamentaires (entorses)
- Lésions du cartilage articulaire ou chondropathie.
- Lésions des ménisques
- [Arthrose du genou.](#)
- [Arthrose de la hanche.](#)
- Arthrose de la cheville.
- [Arthrose de l'épaule.](#)

Tendinite de l'épaule : coiffe des rotateurs.  
Arthrose de l'épaule

Tendinite de la hanche  
Arthrose de la hanche



Tendinite de coude  
(épicondylite ou épitrochléite)

Tendinite de genou : tendinite  
rotulienne ou quadricipitale.  
Lésions des ménisques  
Arthrose du genou

Tendinite d'Achille  
Arthrose de la cheville  
Aponévrosite plantaire (épine  
calcanéenne)

## LES INJECTIONS DE PRP POUR TRAITER L'ARTHROSE

### **Inverser le cercle vicieux de la dégradation du cartilage.**

Les injections de PRP permettent de ralentir la progression de la maladie, de diminuer la douleur et l'inflammation et d'améliorer la mobilité et la fonction.

A la différence des traitements par anti-inflammatoires non stéroïdiens ou des injections intra-articulaire de corticoïdes, elle est dépourvue d'effets indésirables .

Des études récentes ont prouvé que les injections de PRP sont plus efficaces que les injections d'acide hyaluronique dans l'arthrose du genou.

Le PRP est un traitement efficace, particulièrement dans les stades précoce de l'arthrose (grade 2 ou 3). Les résultats peuvent être améliorés et maintenus par la répétition annuelle d'injections. Le PRP favorise la prolifération des cellules souches qui se spécialisent en cartilage et en tissu osseux. Le geste peut être associé à une intervention chirurgicale sous arthroscopie pour préparer l'articulation et permettre aux cellules souches de proliférer à l'intérieur de la zone atteinte. D'autres études ont également démontré que le PRP permet une augmentation de la production naturelle d'acide hyaluronique à l'intérieur de l'articulation arthrosique. Une injection de PRP ne peut que stimuler des tissus encore présents : dans les cas plus graves (arthrose de grade 4) où l'os est exposé suite à la disparition du cartilage, l'injection de PRP n'est pas efficace.

## LES INJECTIONS DE PRP POUR TRAITER LES LÉSIONS DE TENDONS (TENDINITE OU TENDINOPATHIE)

Les facteurs de croissance contenus dans le PRP permettent de stimuler la cicatrisation du tendon fissuré ou inflammé. Les tendons et les ligaments sont principalement composés de collagène. Il sont peu vascularisés et les lésions cicatrisent donc difficilement. Le PRP injecté dans la zone lésée stimule par ses facteurs de croissance hautement concentrés la synthèse du collagène et la cicatrisation des tissus.

## LES INJECTIONS DE PRP POUR TRAITER LES LÉSIONS MUSCULAIRES.

Les lésions musculaires correctement diagnostiquées par un bilan d'imagerie peuvent être efficacement traitées par une injection de PRP, particulièrement si le traitement

est initié dans les premiers jours. L'injection doit être suivie d'un repos de 48 h et d'une période de modération des activités. Une procédure de reprise progressive des activités sportives sera le plus souvent possible dans les semaines qui suivent.

## PROCÉDURE :

### PRÉLÈVEMENT, PRÉPARATION ET INJECTION DU PRP

Les injections de PRP sont réalisées au [Cabinet médical](#) Il s'agit d'une procédure ambulatoire réalisée lors d'une consultation. Il n'est pas nécessaire d'être à jeun. Il est préférable d'être accompagné pour le retour à domicile. Lorsque l'infiltration est associée à un geste chirurgical, elle peut également être effectuée au bloc opératoire pendant la chirurgie. Elle entre alors le plus souvent dans le cadre d'une [hospitalisation ambulatoire](#).



#### 1. LA PRISE DE SANG

15 ml sont prélevés sur une veine du coude comme pour une prise de sang classique.



#### 2. LA CENTRIFUGATION

Le sang total prélevé est placé dans une centrifugeuse pendant 5 minutes à 1500 tours / min. On conserve uniquement le sérum (5 ml) qui contient les plaquettes.

#### 3. L'INJECTION

Après désinfection soignée, le concentré plaquettaire est injecté de façon stérile au niveau de la lésion. La durée totale de la procédure au cabinet est généralement d'environ 15 minutes.



#### **4. LA PÉRIODE APRÈS L'INJECTION**

Pour certaines injections, un temps de repos en salle d'attente peut être nécessaire. Le muscle, le tendon ou l'articulation traités resteront fragiles pendant les 21 premiers jours. La cicatrisation se poursuivra durant plusieurs semaines et votre médecin pourra l'accompagner par des séances de kinésithérapie.

En fonction des résultats obtenus, de 1 à 3 injections séparées de 2 mois pourront être nécessaires. Ce nombre est très variable selon les patients.

## **SÉCURITÉ DES INJECTIONS DE PRP :**

L'utilisation du propre sang du patient permet d'exclure tout risque de contamination et d'allergie. Le plasma injecté n'a subi aucun traitement en dehors de la centrifugation et ne contient aucun produit ajouté.

## **CONTRE-INDICATIONS, PRÉCAUTIONS ET EFFETS INDÉSIRABLES**

Les traitements anti-inflammatoires sont contre-indiqués 15 jours avant et 6 semaines après l'injection. Les anesthésiques locaux ne sont pas utilisés lors de la procédure car ils inactivent les plaquettes. Il en est de même de la cryothérapie qui n'est pas recommandée pendant 2 semaines.

#### **Signaler à votre médecin :**

- fièvre
- infection
- réaction cutanée
- maladie du sang
- déficit en vitamine B12 ou en acide folique
- taux de plaquettes sanguines inférieures à 100 000 / mm<sup>3</sup>
- grossesse
- allergie médicamenteuse
- allergie à l'iode
- toute prise de médicaments, notamment aspirine ou anticoagulants dans les jours précédant l'injection

# QUELLES SONT LES COMPLICATIONS LIÉES À UNE INJECTION DE PRP ?

## LA DOULEUR

Une douleur passagère et généralement modérée peut survenir lors de l'introduction de l'aiguille. Rarement un malaise vagal, rare et non grave, peut survenir. C'est néanmoins pour cette raison que nous vous recommandons d'être accompagné si possible. Vous pourrez ressentir une douleur transitoire (2 à 5 jours) au niveau du site d'injection. Cette douleur peut parfois être importante, particulièrement dans le cas d'une injection dans un tendon ou dans un muscle. Votre médecin vous prescrira un traitement par antalgique pour contrôler la douleur. Un repos relatif est recommandé pendant 24 à 48h.

## L'INFECTION

Elle est relativement rare car le PRP possède des propriétés bactériostatiques, qui réduisent le risque de contamination bactérienne de la zone traitée. De plus, un kit stérile à usage unique est utilisé du prélèvement à l'injection.

Tout signe de gonflement ou d'inflammation associé à une fièvre ou des frissons doit conduire à appeler le cabinet le plus rapidement possible.

## L'HÉMATOME

Rare et le plus souvent modéré, l'hématome disparaît en général en quelques jours. Ne pas hésiter à signaler toute anomalie, douleur, fièvre ou symptôme inhabituel à votre médecin le plus rapidement possible.

## CONTACTS PRATIQUES

### SERVICE D' ORTHOPÉDIE

T 055 23 37 21

info@orthopedie-ronse.be



Scannez le  
code QR



Des informations supplémentaires sont disponibles  
sur le site [www.chglorieux.be](http://www.chglorieux.be).

### ASBL WERKEN GLORIEUX | CH GLORIEUX

Avenue Glorieux 55, 9600 Renaix • T +32 55 23 30 11

info@azglorieux.be • [www.chglorieux.be](http://www.chglorieux.be)

0424.380.938 • RPR Gand, afd. Audenarde

