

# Traitement des accidents du sport

(Traduction.)

Par le D<sup>r</sup> C.-R. Woodard.

(Publié dans le *Bulletin du Central Council of Physical Recreation*, London.)

*Un médecin de Harley Street, conscient des dangers qui peuvent résulter du traitement des accidents du sport par des gens bien intentionnés mais ignorants, écrit ce qui suit:*

Le soin des accidents du sport a trop longtemps été laissé à des moyens de fortune. Le plus grave, c'est que, souvent, les accidents légers sont soignés par des gens, hommes ou femmes, incompetents et non qualifiés. Le soi-disant masseur, la plupart du temps, ancien joueur et membre du club, n'a aucune qualification pour assumer cette tâche. Qu'il frictionne la partie contusionnée avec divers onguents ou huiles malodorants, fasse un pansement au rebours de la science, ou même se livre à certaines manipulations, tous ces procédés sont également dangereux.

Avec de la chance, il peut s'en tirer pendant un temps, et même se tailler une grande réputation. Mais si les gens réalisaient les graves dangers qu'ils courent en se confiant à de telles mains, ils ne s'y risqueraient pas. Toute contusion, si minime soit-elle, exige des soins experts, et, par experts, nous entendons les soins d'un véritable médecin ou d'un physiothérapeute.

Au cours des vingt dernières années, d'immenses progrès ont été réalisés dans ce domaine, et le traitement de ces accidents ne doit plus dépendre du hasard ou de la chance. Des soins spécifiques sont adaptés aux cas, même les plus bénins. Un traitement correct peut économiser des jours d'incapacité sportive; aussi, les clubs qui s'assureraient les services de personnes qualifiées retrouveraient-ils rapidement au centuple les frais occasionnés par leur clairvoyance. Une contusion musculaire bien soignée immobilise rarement un athlète ou un joueur pour plus d'une semaine. Si seulement quelques clubs de football essayaient de s'attacher un soigneur qualifié, la chronique de leurs performances, en toutes saisons, serait bien différente de ce qu'elle est aujourd'hui.

De plus en plus fréquemment, dans les clubs, on voit des masseurs, non qualifiés, se servir d'appareils électriques, rayons ultra-violet ou lampes de quartz — appareils qui ne devraient jamais être employés sans contrôle médical. L'approximatif dans la connaissance est chose dangereuse. Aucun médecin ne s'en sert, sans d'extrêmes précautions. Les brûlures électriques sont fréquentes et se produisent facilement. Employés à tort, les rayons ultra-violet peuvent déclencher la poussée d'un mal organique, sur des sujets peu résistants. Le bien que ces hommes ou femmes font est donc largement dépassé par le mal infini qu'ils peuvent faire.

Sans doute, un masseur, attaché à un club de boxe ou de football, peut donner les premiers soins en cas de blessures, contusions ou écorchures bénignes; mais le fait même qu'on le nomme masseur permet de penser qu'il a d'autres fonctions. Tel n'est pas le cas. D'ailleurs, on peut se demander si le massage a une valeur réelle pour l'athlète moyen. Personnellement, je ne le crois pas. Feu le D<sup>r</sup> Jack Lovelock jugeait qu'on surestime beaucoup sa valeur, et qu'on obtiendrait de meilleurs résultats pour l'entraînement, en réchauffant les muscles avec intelligence, avant le principal exercice quotidien, et en les rafraîchissant après.

Enduire la peau d'huiles et d'onguents divers peut également être très dangereux et provoquer des infections et éruptions. En effet, la peau a une fonction importante à accomplir. Comment le pourrait-elle, si ses pores sont bouchés par de malsains mélanges? Il est aussi rare que les masseurs de clubs stérilisent leurs drogues avant d'en faire usage, et pourtant, cette précaution paraît élémentaire. Ces mélanges procurent parfois une impression de fraîcheur et de bien-être, fallacieuse, hélas, si l'on songe aux fonctions naturelles que, souvent, elles détruisent.

Personnellement, je ne recommanderais le massage qu'aux sujets en parfait état physique et capables d'une très grande détente. L'individu apte cent pour cent est si rare, que cela ne m'est arrivé que deux fois, et il s'agissait de champions nationaux. Dans tous les autres cas, bien des choses sont plus importantes, comme de réchauffer les muscles par exemple, et aucune forme de massage ne peut les remplacer.

Comme on le voit, le bon état physique est le nœud du problème. L'homme en parfaite «forme» physique est beaucoup moins vulnérable, dans quelque sport que ce soit, que celui qui ne l'est pas. Ce qu'il faudrait donc, serait d'améliorer la moyenne générale de l'aptitude physique dans tous les sports. Ceci ne peut être obtenu qu'en développant les exercices d'entraînement, qu'en s'assurant que les responsables de cet entraînement et du traitement des contusions soient réellement qualifiés. Nous avons des années de retard sur les autres pays à cet égard, et il est grand temps que nous nous en rendions compte.

\* \* \*

## Une réponse de M. A.-R.-H. Hicks.

J'ai lu l'article du D<sup>r</sup> C.-R. Woodard avec grand intérêt. J'estime cependant ne pouvoir le laisser passer sans y ajouter un commentaire.