

Traitement des accidents du sport

(Traduction.)

Par le D^r 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^r 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^r C.-R. Woodard avec grand intérêt. J'estime cependant ne pouvoir le laisser passer sans y ajouter un commentaire.

Avant toute chose je tiens à féliciter le Dr Woodard pour le choix des termes utilisés dans sa phrase: « enduire la peau d'huiles et d'onguents divers *peut* être très dangereux, et provoquer des infections et éruptions ». Tout en me ralliant à son exposé, j'ai l'impression qu'en le lisant, bien des gens en déduiront que le fait d'enduire la peau d'huiles et d'onguents est une pratique généralement dangereuse. Cette opinion est loin d'être exacte.

Il est un fait que des liniments trop forts peuvent causer des troubles dermiques, mais les masseurs de clubs sont conscients de tels dangers. On se rend généralement compte que ce sont les individus eux-mêmes qui sont fautifs en utilisant des applications nocives.

Nous en arrivons ainsi à la question de l'infection et de l'obstruction des pores. Les médecins, et en particulier les spécialistes des mala-

dies de la peau, seraient vexés si on leur demandait de stériliser les nombreuses applications qu'ils utilisent pour le traitement de la peau de leurs patients. Il y a lieu de se souvenir que les huiles de nature minérale utilisées pour les massages ne supportent pas de vies bactériologiques. D'ailleurs, pour la plupart des massages à base d'huiles on utilise des produits légers qui sont éliminés des pores par la sécrétion de la peau. Le mal que peuvent causer les applications d'huiles est plus apparent que réel, et les cas spéciaux dus à l'utilisation d'huiles et d'onguents médicaux sont seulement de rares exceptions intéressantes les départements s'occupant des traitements de la peau dans les grands hôpitaux.

A.-R.-H. Hicks, M. B., B. Chir.

Athletes' Advisory Service
The Crookes Laboratories Ltd.
London N.W. 10.

The treatment of sporting injuries

By Dr. C.-R. Woodard.

(Published in the *Bulletin of the Central Council of Physical Recreation*, London.)

A Harley Street Doctor writes with feeling on the dangers liable to result from treatment by the well-meaning but unqualified.

For too long the treatment of injuries in the whole field of sport has been a somewhat haphazard procedure. The worst aspect of the matter is that, more frequently than not, minor injuries of sport are dealt with by untrained and unqualified men and women. The so-called masseur, who is often an ex-playing member of the club concerned, has really no qualifications whatever to touch such things and yet he attempts to do so. He rubs into the injured limb all sorts of obnoxious oils and ointments; he straps the limb in an entirely unscientific way; he even sometimes performs some sort of manipulation. All such procedures are equally dangerous.

He may get away with it for a time. He may be lucky and build himself up a great reputation, but if people realised the enormous risks they are running by putting themselves in such hands, they would never do it. There is no injury in any sport that is too slight to warrant expert attention, and by this is meant attention from a fully trained doctor or physiotherapist.

Tremendous advances in the treatment of such injuries have been made in the last 20 years, and there is nothing at all « chancy » or haphazard about it now if it is properly done. The treatment of every minor complaint is quite specific. As the difference between the correct and the wrong procedure means a difference between hours and days in time off from the sport, the club employing qualified persons would soon reap a thousandfold reward for its wisdom, for it is seldom

necessary to lay a player or athlete of any sort off for more than a week for any soft tissue injury. If even a few soccer clubs realised this, the story of their performances in any particular season would be very different from what it is at present.

Another increasingly common thing is to see untrained masseurs in changing rooms using electrical apparatus, sun-ray and heat lamps—things that should never be used except under medical supervision. A little knowledge is a dangerous thing. No doctor uses them without a great deal of care. Electric burns are very common and occur very easily. Sun-ray can quite easily cause a flare-up of organic disease if wrongly used on weak subjects. The good these untrained men and women do is more than outweighed by the endless harm they do.

There is no reason why a masseur attached to a boxing or football club should not give first-aid treatment for cuts, bruises, and minor abrasions, but the very fact he is called a masseur suggests that he has some further function. He has not. It is even questionable whether massage is of any real value to the average athlete. Personally I don't think it is. The late Dr Jack Lovelock, held that massage was an over-rated means of acquiring physical fitness and that more good would come from intelligent warming up before, and cooling down after, the day's main exercise.

Rubbing into the skin various oils and ointments may be a very dangerous practice. It is a common cause of skin rashes and infections. The skin has an important function to perform. How can it do this if the pores are blocked with some foul mixture?