

# Fracture à la malléole : douleur, traitements, temps de guérison

Article mis à jour le 01/10/19 11:32

Partager sur

Une fracture à la cheville au niveau de la malléole est très douloureuse. Elle nécessite l'immobilisation (parfois un plâtre) voire l'opération et le temps de guérison est plus ou moins long selon les cas. Explications du Dr Christophe Cermolacce, chirurgien orthopédiste.



Laissez-vous convaincre par le SUV [EN SAVOIR P...](#)

## Qu'est-ce que la malléole ?

Le terme de malléole désigne l'une des deux tubérosités osseuses situées au niveau de l'articulation de la cheville. On distingue la malléole médiale (ou tibiale), qui est une excroissance normale de la partie inférieure du tibia et la malléole latérale (ou fibulaire), qui est quant à elle une partie de la fibula (ex-péroné).

## Fracture de la malléole médiale ou latérale ?

"La fracture de cheville la plus fréquente est la fracture isolée de la malléole fibulaire due à un mouvement de rotation : le corps part vers l'intérieur, alors que le pied reste immobile", explique le Dr Christophe

Cermolacce, chirurgien orthopédiste. Un traumatisme peut briser la malléole médiale ou latérale, ou plus rarement les deux à la fois. Dans les cas de fracture, il est important de savoir si le ligament appelé **syndesmo** (qui permet notamment de maintenir la pince malléolaire) est déchiré ou non. Du coup, on classe les fractures selon la probabilité d'une rupture de ce ligament :

### SOMMAIRE

- [Définition](#)
- [Type de fractures](#)
- [Fracture Weber A](#)
- [Fracture Weber B](#)
- [Fracture Weber C](#)
- [Causes](#)
- [Symptômes](#)
- [Diagnostic](#)
- [Traitements](#)
- [Temps de guérison](#)

- **Fracture de type Weber A** : fracture en-dessous de la syndesmo ; l'articulation est encore mobile.
- **Fracture de type Weber B** : fracture à hauteur de la syndesmo ; souvent le ligament est touché à cause d'un mouvement de rotation mais l'articulation peut encore être mobile.
- **Fracture de type Weber C** : fracture au-dessus de la syndesmo ; le ligament est déchiré à cause d'un mouvement de translation latérale.

## Causes

Les fractures de cheville surviennent surtout lors de mouvements de torsion après avoir glissé ou trébuché. Par exemple, lors :



Noël : un vélo Découvrez le nouveau

Proposé par Décathlon

[EN SAVOIR PLUS](#)

- d'une **mauvaise réception d'un saut** ;

- d'une **torsion de cheville chez la femme portant des talons hauts** ;
- ou d'un **coup direct** porté au cours d'un match de sport collectif (rugby notamment)



"Plus rarement il s'agit d'une fracture de fatigue, sans traumatisme causal. Elle peut survenir chez une personne en surpoids ou lors d'un entraînement excessif", précise notre interlocuteur.

### Symptômes de la fracture de la malléole

Les symptômes marquants de cette blessure sont :

- Une impotence fonctionnelle. On ne pose pas le pied !
- Une douleur spontanée et à la pression au niveau de la malléole concernée
- Une mobilité réduite et douloureuse
- Une enflure croissante dans la zone de la cheville
- Une tuméfaction et parfois un épanchement sanguin au niveau de la cheville
- Une malposition du pied par rapport à la jambe, en raison d'une luxation de la cheville.

### Diagnostic

Après examen du pied et des articulations voisines, le médecin (généraliste, urgentiste ou chirurgien orthopédique) va prescrire des radios de la cheville de face à 20 degrés de rotation interne et de profil. "Il faut également prévoir des radios de la jambe entière puisque la fibula peut être fracturée relativement haut, comme dans le cas notamment de la fracture de Maisonneuve", ajoute le spécialiste. En cas de fractures complexes, une tomodensitométrie (scanner) peut être demandée pour une meilleure indication et préparation de l'intervention chirurgicale.

### Traitements : rééducation, opération

Si la fracture n'est pas déplacée (Weber A ou B), le traitement classique consiste à **mettre la jambe en immobilisation** (amovible ou plâtre) pendant **6 semaines**. Des **antalgiques** peuvent être prescrits contre la douleur.

En revanche, les fractures impliquant une déchirure de la syndesmose (Weber C) ou une instabilité de l'articulation nécessitent une **intervention chirurgicale**. La prise en charge des fractures de cheville permet d'une part, de réduire la fracture en cas de fracture avec déplacement des composants osseux. Il s'agit de remettre en place et d'aligner les différentes pièces osseuses qui se sont déplacées. D'autre part, le maintien de cette réduction par la mise en place de matériel chirurgical métallique (vis, plaque, clou...), afin de garder les différents composants osseux en place. "Après l'intervention, la jambe doit tout d'abord être partiellement mise au repos, généralement dans une botte, insiste le médecin. La mobilisation peut être plus précoce qu'avec le traitement orthopédique, mais il faut compter plus de 8 semaines pour pouvoir se solliciter la cheville normalement."

### Temps de guérison

La prise en charge est en règle générale de 60 à 90 jours en l'absence de complications, ce délai pouvant varier suivant le type de fracture et d'intervention. À la suite du traitement d'une cheville, il faudra suivre des séances de rééducation en kinésithérapie afin de remuscler la cheville. La reprise du sport ne sera possible qu'une fois que la cheville sera consolidée (souvent plus de 3 mois). "**L'œdème persiste souvent plus de 4 mois, conclut le Dr Cermolacce. Le matériel d'ostéosynthèse se retire à la fin de la première année. Et la cheville est totalement guérie après 1 an.**"

Merci au Dr Christophe Cermolacce, chirurgien orthopédiste à la Clinique Blomet (Paris 15ème) pour sa relecture.

### NEWSLETTER

[Voir un exemple](#)

**Peggy Cardin-Changizi**

Mis à jour le 01/10/19 11:32

Partager sur   

### AUTOUR DU MÊME SUJET

- [Fracture de la malléole > Forum - Santé](#)
- [Rééducation fracture malléole > Forum - Rhumatologie](#)
- [Fracture malléole externe cheville droit ??? > Forum - Rhumatologie](#)
- [Entorse de la cheville : que faire ?](#)
- [Comment soigner une entorse ?](#)
- [Que faire en cas de fracture du nez ?](#)
- [Tendinite du genou : symptômes et diagnostic](#)
- [Temps rééducation malléole > Forum - Rhumatologie](#)
- [Fracture de la malleole externe > Forum - Santé](#)
- [Torticolis : causes, que faire quand on a mal au cou?](#)
- [Contracture musculaire : les traitements](#)
- [Tendinite de l'épaule : cause, durée et traitements](#)
- [Lésion du ménisque \(genou\) : les symptômes](#)
- [Tendinite du poignet \(de Quervain\) : combien de temps](#)

[Voir plus](#)

### CONTENUS SPONSORISÉS

