

Bilan initial

15/06/2026 — Complété le 15/06/2026

PATIENT

Nom : ██████████ Morphologie : 176 cm —
Naissance : 31/05/1988 79 kg
(38 ans) Profession : Informaticie
n
Sexe : Homme Sport : Renforcement
Latéralité : Droitier musculaire

PRISE EN CHARGE

Titre : Bilan général Bilans : 1 complété(s)
Statut : Active Mesures : 2
Début : 15/06/2026

ANAMNÈSE

Motif : Douleur, Raideur - Cheville - Bilatéral
Contexte : Reprise course à pied : 30 minutes à faible
intensité
Plaintes : Douleurs tendons d'Achille
Marche difficile, premier pas du matin
douloureux.
douleur lors de la marche prolongée en cours
de journée, ainsi que à la montée et descente
des escaliers.
Début : Un an et demi

Côté : Bilatéral
Imagerie : Échographie
Compte rendu : Tendinopathies fusiformes bilatéral
avec épaissement

SYNTHÈSE CLINIQUE

en conclusion, il y a très peu de paramètres biomécaniques qui peuvent expliquer l'inflammation des tendons d'Achille. L'hypothèse la plus probable est la surcharge d'intensité lors de la reprise de la course à pied.

HYGIÈNE DE VIE

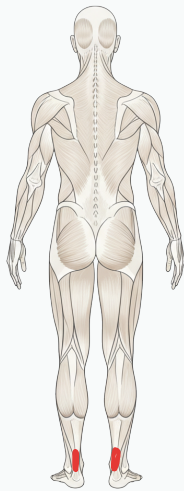
Qualité du sommeil : Moyen · 9 h Hydratation suffisante : Oui
Niveau de stress : Élevé Tabac : Non
Activité physique : Modérée · 1 Alcool : Occasionnel
Nutrition : Moyenne Drapeaux jaunes (psychosociaux) : Insatisfaction
professionnelle,
Humeur basse /
anxiété

DOULEURS

● Douleur 1

EVA Effort 8/10 — Mécanique — Vive, Diffuse

Aggravants : Montée/descente d'escaliers, Marche prolongée, Course à pied, Station debout prolongée, Stress / fatigue



Corps entier — Dos

TESTS CLINIQUES

Test	Gauche	Droite
Tiroir antérieur cheville (ankle)	Négatif	Négatif
Tilt test talien (ankle)	Négatif	Négatif
Squeeze test (ankle)	Négatif	Négatif
Test de Kleiger (rotation externe) (ankle)	Négatif	Négatif
Tiroir postérieur cheville (ankle)	Négatif	Négatif
Test de Thompson (ankle)	Négatif	Négatif
Test de translation fibulaire (ankle)	Négatif	Négatif
Squat unipodal (knee)	Négatif	Négatif
Lunge test cheville (genou-mur) (ankle)	13.0 cm	13.0 cm
Analyse de la course (iKinesis) (hip)	Négatif	Négatif
Montée sur pointe unipode (ankle)	25.0 rép.	25.0 rép.

PALPATIONS

CHEVILLE

- Tendon d'Achille · G**
Trigger point
EVA 8

douleur sur le corps du tendon particulièrement à gauche. L'Enthese est également douloureuse bilatéralement
- Tendon d'Achille · D**
Trigger point
EVA 6

douleur sur le corps du tendon particulièrement à gauche. L'Enthese est également douloureuse bilatéralement
- Aponévrose plantaire · G**
Sensible

densité de la aponévrose plantaire avec sensibilité supérieure à gauche

MESURES FONCTIONNELLES

Analyse biomécanique — Pied Gauche

Dans les normes

Vitesse	Cadence	Attaque	Pronation	Contact
12.8 km/h	162 spm	Médio-pied (-6.3°)	10°	230 ms

Analyse biomécanique — Pied Droit

Dans les normes

Vitesse	Cadence	Attaque	Pronation	Contact
13.2 km/h	162 spm	Arrière-pied (-10.4°)	10°	233 ms

Mesure	Gauche	Droite
WBLT (Weight Bearing Lunge Test)	13	13