

FICHE BILAN CLINIQUE CHEVILLE

Nom / Prénom :

Date : Date de naissance :

Sport / activité :

Métier :

Côté symptomatique : ☐ Droit ☐ Gauche ☐ Bilatéral

Dominance : ☐ Droite ☐ Gauche

1. INTERROGATOIRE & ANAMNÈSE

Motif de consultation

.....
.....

Histoire de la plainte

Date de début / traumatisme :

Installation :

☐ Traumatique ☐ Progressive ☐ Récidive ☐ Autre :

Mécanisme :

- ☐ Inversion + flexion plantaire
- ☐ Éversion
- ☐ Rotation externe + dorsiflexion
- ☐ Réception / saut
- ☐ Changement de direction
- ☐ Contact
- ☐ Sans contact
- ☐ Autre :

Sensation au moment de la blessure :

☐ Craquement ☐ Dérobement ☐ Instabilité ☐ Blocage ☐ Autre :

Gonflement : ☐ Non ☐ Immédiat ☐ Retardé

Hématome : ☐ Non ☐ Oui

Mise en charge initiale possible : ☐ Oui ☐ Non

Antécédents

Entorse(s) antérieure(s) : ☐ Non ☐ Oui

Nombre approximatif :

Dernière entorse :

Épisodes de giving way / dérochement :

☐ Non ☐ Oui — fréquence :

Sensation d'instabilité :

☐ Non ☐ Occasionnelle ☐ Fréquente

Blessures/pathologies associées :

.....

Antécédents médicaux / traitements :

.....

2. DOULEUR & SYMPTÔMES

Douleur actuelle : /10

Douleur maximale : /10

Localisation :

.....

Comportement :

☐ Intermittente ☐ Constante ☐ À l'effort ☐ Au repos ☐ Nocturne

Facteurs aggravants :

.....

Facteurs soulageants :

.....

Red flags / orientation

- ☐ Suspicion fracture
- ☐ Atteinte vasculaire
- ☐ Infection
- ☐ Syndrome des loges
- ☐ Symptômes neurologiques
- ☐ Autre :

3. OTTAWA ANKLE RULES

- ☐ Incapacité à faire **4 pas** immédiatement après le traumatisme / lors de l'évaluation
- ☐ Douleur à la palpation du bord postérieur ou de la pointe de la malléole latérale

(sur 6cm)

☐ Douleur à la palpation du bord postérieur ou de la pointe de la malléole médiale (sur 6cm)

☐ Douleur à la base du 5e métatarsien

☐ Douleur du naviculaire

Ottawa : ☐ Négatif ☐ Positif → orientation / imagerie à envisager

4. OBSERVATION

Élément	Droit	Gauche	Observations
Œdème	☐	☐	
Ecchymose / hématome	☐	☐	
Rougeur	☐	☐	
Chaleur	☐	☐	
Cicatrice	☐	☐	
Amyotrophie	☐	☐	
Appui / décharge	☐	☐	

Marche / boiterie :

.....

5. MENSURATION DE L'ŒDÈME

Figure-of-8

Droite : cm

Gauche : cm

Différence : cm

6. BILAN ARTICULAIRE

Mouvement	Droite	Gauche	Douleur / sensation de fin de course
Flexion dorsale			
Flexion plantaire			
Inversion			
Éversion			

Weight-Bearing Lunge Test

Droit : cm /°

Gauche : cm /°

Asymétrie :

Mobilités accessoires

- ☐ Talo-crurale
- ☐ Sous-talienne
- ☐ Tibio-fibulaire distale
- ☐ Chopart
- ☐ Lisfranc

Restrictions / observations :

.....

7. PALPATION

Complexe ligamentaire latéral

Structure	Douleur	Observation
LTFA		
LCF		
LTFP		

Complexe médial

Structure	Douleur	Observation
Ligament tibio-talaire antérieur		
Tibio-naviculaire		
Tibio-talaire postérieur		

Syndesmose

Structure	Douleur	Observation
Ligament tibio-fibulaire antéro-inférieur		
Douleur interosseuse / syndesmotique		

Autres structures

Structure	Douleur	Observation
Base du 5e métatarsien		
Naviculaire		
Malléole latérale		
Malléole médiale		
Sinus du tarse		
Sustentaculum tali		
Tendons fibulaires		
Tendon d'Achille		
Tibial postérieur		
Autres :		

Observations :

.....

8. STABILITÉ LIGAMENTAIRE

Test	Droit	Gauche	Douleur	Laxité / End-feel
Anterior Drawer Test				
Inversion talar tilt test				
Eversion talar tilt test				
Kleiger / External Rotation Test				
Squeeze Test				

Notes :

.....

.....

9. FORCE MUSCULAIRE

Mesure manuelle, dynamométrique ou autre selon le matériel disponible.

Mouvement / groupe	Droite	Gauche	Asymétrie	Douleur
-----------------------	--------	--------	-----------	---------

Flexion plantaire				
Flexion dorsale				
Éversion				
Inversion				

Heel Raise Test unipodal

Droite : répétitions

Gauche : répétitions

Qualité / fatigue / douleur :

.....

10. CONTRÔLE POSTURAL & ÉQUILIBRE

Équilibre unipodal

Droit : sec

Gauche : sec

☐ Stable ☐ Instable ☐ Douleur ☐ Appréhension

SEBT / Y-Balance Test

Direction	Droite	Gauche	Asymétrie
Antérieure			
Postéro-médiale			
Postéro-latérale			

Score :

Observations qualitatives :

.....

11. ANALYSE FONCTIONNELLE

Mouvement	Douleur	Qualité / stratégie / asymétrie
Squat		
Single Leg Squat		
Montée sur pointes		
Marche		

Course		
Saut / réception		
Changement de direction		

12. OBJECTIFS DU PATIENT

Activité / sport à reprendre :

.....

Niveau souhaité :

.....

Objectifs prioritaires :

1.
2.
3.

13. SYNTHÈSE DU BILAN

Principales déficiences identifiées

- ☐ Douleur
- ☐ Œdème
- ☐ Déficit de dorsiflexion
- ☐ Déficit de mobilité articulaire
- ☐ Instabilité mécanique
- ☐ Instabilité fonctionnelle / giving way
- ☐ Déficit de force
- ☐ Déficit de contrôle postural
- ☐ Déficit fonctionnel
- ☐ Appréhension / manque de confiance
- ☐ Autre :

Hypothèse / diagnostic

.....
.....

Priorités de prise en charge

1.

- 2.
- 3.

Conclusion

.....
.....
.....