

## Docteur, j'ai une fasciite plantaire. Quels traitements peuvent réduire mes douleurs ?

Il existe plusieurs traitements différents qui se sont avérés efficaces pour réduire la douleur due à la fasciite plantaire chez certaines personnes.

### Quelles sont les données probantes sur ce sujet ?

#### RÉSUMÉ DES RÉSULTATS

Différents traitements vs contrôle (placebo, traitement fictif ou aucun traitement)

Résultat	Nombre de personnes	Effet	Qualité des données probantes
<b>Douleur à court terme (1 à 6 semaines après le traitement)*</b>			
Toxine botulique	161	grande réduction de la douleur	Faible
Injection de membrane d'amnios/chorion humain déshydraté micronisé	175	grande réduction de la douleur	Faible
Aiguilletage à sec	215	grande réduction de la douleur	Faible
Thérapie laser de faible intensité	231	grande réduction de la douleur	<b>Modérée</b>
Bandage sur la surface plantaire (« low-dye taping » en anglais)	213	grande réduction de la douleur	Faible
Libération myofasciale	101	grande réduction de la douleur	Faible
Injection de plasma riche en plaquettes	110	grande réduction de la douleur	Faible
Radiofréquence	87	grande réduction de la douleur	Faible
Étirement	112	grande	Faible

		réduction de la douleur	
<b>Douleurs à moyen terme (6 à 12 semaines après le traitement)**</b>			
Thérapie par ondes de choc radiales	1 432	grande réduction de la douleur	<b>Modérée</b>
<b>Douleur à long terme (plus de 12 semaines après le traitement)***</b>			
Thérapie par ondes de choc radiales	96	grande réduction de la douleur	<b>Modérée</b>

\*Traitements qui ne se sont pas révélés efficaces pour réduire la douleur : acupuncture, injection de corticostéroïdes, thérapie par ondes de choc radiales, orthèse, échographie thérapeutique

\*\*Traitements qui ne se sont pas révélés efficaces pour réduire la douleur : orthèse, radiofréquence, attelle de nuit sous tension

\*\*\*Traitements qui ne se sont pas révélés efficaces pour réduire la douleur : injection de plasma riche en plaquettes

Remarque : les résultats de comparaison d'un traitement par rapport à un autre traitement ne sont pas rapportés ici.

## De quel genre d'étude s'agit-il?

Il s'agit d'une revue systématique de 236 essais contrôlés randomisés publiés jusqu'en septembre 2022.

**Qui?** Cette revue a inclus 15 401 adultes (âgés en moyenne de 25 à 60 ans) souffrant de fasciite plantaire (durée non indiquée).

**Quoi?** Les auteurs de la revue ont inclus des études comparant un traitement à un contrôle ou à un autre traitement pour la fasciite plantaire.

Traitement/Intervention	vs	Contrôle (Placebo/traitement fictif/pas de traitement)
Acupuncture, toxine botulique, ventouses sèches, aiguilletage à sec, thérapie par ondes de choc radiales, chaleur, injections (plusieurs types de liquides ou de médicaments différents), bandage sur la surface plantaire, thérapie au laser de faible intensité, stimulation électrique neuromusculaire, anti-inflammatoires non stéroïdiens, médicaments inflammatoires, orthèses/semelles, injection d'ozone, injection de plasma/sang riche en plaquettes, physiothérapie, radiofréquence, chirurgie, attelle de nuit sous tension, échographie thérapeutique		Placebo : pilule/aiguille/lotion contenant une substance inactive qui n'a aucun effet sur le résultat. Parfois, on l'appelle « pilule de sucre ».

## Pourquoi cette recherche a-t-elle été effectuée ?

La fasciite plantaire est une inflammation de l'épaisse bande de tissu qui s'étend de l'os du talon aux orteils le long de la plante du pied. Il s'agit d'une cause fréquente de douleur au talon qui disparaît souvent d'elle-même, mais qui peut provoquer une douleur prolongée et invalidante chez certaines personnes. Les auteurs de la revue voulaient savoir si divers traitements étaient efficaces pour réduire la douleur due à la fasciite plantaire. Ils ont constaté que plusieurs traitements semblent réduire la douleur chez certaines personnes, mais que la qualité des données probantes est faible pour la plupart d'entre elles. Seule la thérapie au laser de faible intensité présentait des données probantes de qualité modérée démontrant qu'elle réduisait la douleur à court terme. Seule la thérapie par ondes de choc radiales présentait des données probantes de qualité modérée démontrant qu'elle réduisait la douleur à long terme. Les principales préoccupations soulevées par cette revue incluent la très petite taille de la plupart des essais et la grande variation dans la manière dont les traitements ont été appliqués entre les études.

*Ce résumé des données probantes est basé sur l'article suivant :*

*Guimaraes JS, Arcanjo FL, Leporace G, et al. **Effects of therapeutic interventions on pain due to plantar fasciitis: A systematic review and meta-analysis.** Clin Rehabil. 2022 Dec 26:2692155221143865. doi: 10.1177/02692155221143865. PubMed (<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36571559>)*

Publié : mardi 31 janvier 2023

*Veillez noter que les informations contenues dans ce document ne doivent pas être interprétées comme une alternative à l'avis médical d'un professionnel de la santé. Si vous avez des questions sur un sujet médical, vous devez consulter votre professionnel de la santé et ne devez jamais retarder la consultation d'un médecin, ignorer l'avis d'un médecin ou interrompre le traitement sur la base des informations fournies ici.*