

Syndrome d'accrochage

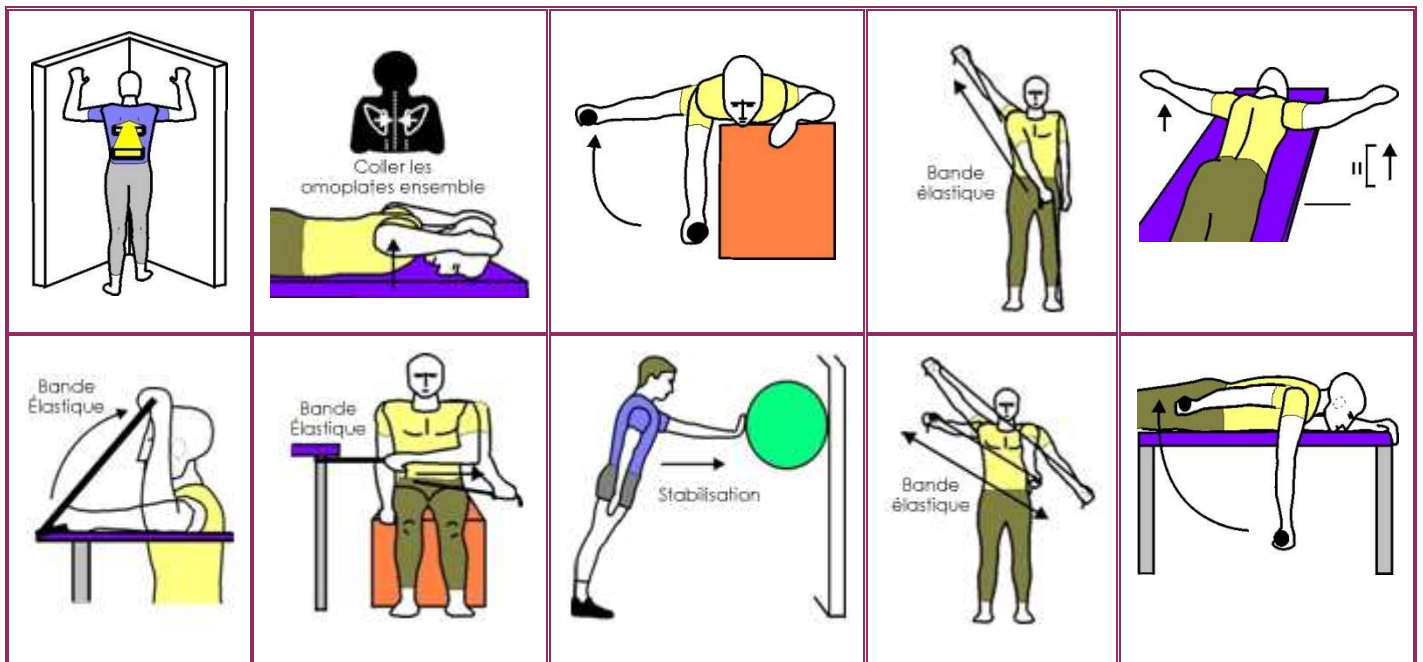
Le syndrome de l'accrochage survient lorsqu'un tendon ou une bourse subit une compression au niveau de l'articulation de l'épaule, plus précisément entre le muscle sus-épineux et l'acromion ou le ligament coraco-acromial. Des problèmes posturaux peuvent, entre autre, être à l'origine de ces accrochages, ainsi qu'une instabilité gléno-humérale et une rétroversion de la tête humérale.



<http://www.cmontmorency.qc.ca/sdp/trp/reedepaul.html>

http://www.arthroport.com/epaule/pathologie_coiffe_des_rotateurs/pathologie_coiffe_conflit.html

Exercices



Afin d'éviter le risque de blessures, il est fortement recommandé de consulter son professionnel de la santé avant d'entamer un programme d'exercices.