

# Opération du ménisque

## Des retours sur les pelouses plus ou moins accélérés. L'externe plombe la durée du retour

1958 - Just Fontaine dit Justo (France) : recordman des retours rapides

### Ménisque interne genou droit



**Repères : footballeur international de 1953 à 1960 (21 sélections)**

« Just Fontaine, qui est sans doute pour l'époque le recordman des retours rapides sur le terrain puisqu'il reprit son activité quarante jours seulement après avoir été opéré du ménisque interne du genou droit le 03 décembre 1957 (reprise le 12 février 1958 en Coupe de France), et fut la même année, le meilleur buteur de la coupe du monde en Suède. » [[Le Miroir des Sports](#), 1958, n° 722, 29 décembre, p 19]

### TÉMOIGNAGE de Justo :

« L'arthropneumographie confirma le diagnostic : "ménisque interne droit déchiré et ménisque externe coincé. Opération nécessaire"».

Puisque je devais être opéré, je pris la décision de l'être le plus vite possible. Le lundi 2 décembre, j'entrai en clinique et dès le lendemain, je passais sur le billard. **J'avais une idée fixe : rejouer rapidement.** A peine rentré à Reims, après une semaine de clinique, je rendis visite à un kinésithérapeute, M. Maillard, afin de commencer immédiatement ma rééducation. Pendant trois semaines, à raison de trois heures par jour, j'effectuais sans me lasser les mouvements qui m'avaient été prescrits. A l'aide de poids et de poulies, je forçais mon genou malade à travailler. A l'issue de cette période, je pus reprendre l'entraînement. Mes camarades et mes dirigeants qui étaient venus me voir chez moi constamment, suivaient mes progrès avec intérêt. J'avais proclamé : "J'effectuerai ma rentrée le 12 janvier en Coupe de France contre Bully".

Il s'agissait de savoir si je pourrai tenir ce pari. Je mettais bien sûr un point d'honneur à être très vite rétabli et à battre les records de guérison rapide mais si je voulais à tout prix rejouer en Coupe, il y avait une autre raison. Je me souvenais du coup d'El Biar en seizièmes de finale de la Coupe de France [Ndlr : l'élimination du grand Reims par un club amateur, les Algérois d'El Biar le 03 février 1957], des reproches que j'avais encourus en manquant ce match et je voulais cette fois être là, car le Stade de Reims avait devant lui une formation amateurs, le genre d'adversaire qui lui cause souvent des soucis dans l'épreuve par élimination directe. Le 12 janvier, je fus au rendez-vous. **Quarante jours exactement après mon opération du ménisque,** je reprends du service en match officiel. Tout se passa très bien. Je résistais aux chocs et Reims gagna par 4 à 0. Le match n'avait sans doute pas été excellent au grand désespoir d'Albert Batteux, mais enfin la qualification pour le prochain tour était acquise. Deux jours plus tard, j'eus moins de chance. A l'entraînement, pendant un match à trois contre trois, je me heurtai avec René Bliard et reçus un coup sur ma cicatrice encore très tendre. D'où une mise au repos forcée de quinze jours et une prudente remise en train. Je n'étais pas dans l'équipe qui affronta Limoges à Oran, le 2 février 1958, en seizièmes de finale, mais je fus admis à rentrer à l'occasion du second match contre la formation de Pierre Flamion (entraîneur du *FC Limoges*), le 6 février au Parc des Princes. J'éprouvais encore une certaine répugnance à shooter, ce qui ne m'empêcha pas de réussir un

but (d'ailleurs annulé pour hors-jeu) sur une reprise de volée du droit. Ma présence s'était avérée utile puisque j'avais fait marquer les deux premiers buts.

Le 9 février, nous aurions dû recevoir Sochaux. En raison de chutes de neige, le match fut reporté et j'eus ainsi huit jours de plus pour que mon genou se consolide. Ce n'était pas plus mal. Le Lillois Fernand De Vlaemynck, mettant à profit mon absence, m'avait devancé d'un but au classement des réalisateurs (19 contre 18). Il fallait remettre les choses au point.

Je repris contact avec le classement le 16 février contre le Racing, au Parc des Princes. Reims gagna par 5 à 1 (3 buts de Fontaine). Le mercredi suivant, en nocturne, c'était le match en retard contre Sochaux. Nouvelle victoire par 3 à 1 et trois nouveaux buts à mon actif. Enfin le 25 février, Marseille était battu à Reims (1-4) et je signai un but. En réussissant 7 en une semaine, j'avais réaffirmé ma position de shooteur numéro 1. » [Le Miroir des Sports, 28.07.1958, pp 30-31]

**1988 - Klaus Allofs (Allemagne) : opéré du ménisque externe du genou gauche en avril 1988, revient pratiquement au top niveau après plus de six mois d'absence**

### **Ménisque externe genou gauche**



**Repères : footballeur international de 1978 à 1988 (56 sélections)**

Contre l'avis du médecin de l'OM, le Dr Jean Duby, qui estimait que l'intervention rapide ne se justifiait pas immédiatement d'autant qu'elle lésait son club, l'international allemand s'est fait opérer. Le journal *L'Equipe* en témoigne le 22 avril 1988 : « Ainsi que cela avait été annoncé, Klaus Allofs a subi hier matin à Zurich une opération au ménisque externe du genou gauche dans la clinique du professeur Glinz. Depuis qu'il avait passé une arthroscopie le 23 décembre dernier en RFA, l'attaquant de Marseille et de la sélection allemande voyait son rendement affecté. En mars dernier, lors du Tournoi de Berlin, Franz Beckenbauer avait estimé que son capitaine devait se reposer. Klaus Allofs rentrera jeudi à Marseille mais restera en contact avec le médecin du Bayern, Muller-Wolfarth. Se pose maintenant la question de la durée de son indisponibilité. A Marseille, on estime qu'elle devrait durer plusieurs semaines et que sa participation au Championnat d'Europe est compromise. Mais en RFA, on rappelle l'exemple de plusieurs joueurs du Bayern qui, après avoir subi le même type d'opération, ont repris l'entraînement une dizaine de jours après. » [L'Equipe, 22.04.1988]

**COMMENTAIRES JPDM** – En réalité, le journaliste n'ayant aucune compétence sur la question des lésions du genou, ignore que la récupération après une intervention sur un ménisque externe est beaucoup plus longue que celle d'un ménisque interne, ce qui explique les délais de récupération différents. En janvier 1989, l'hebdomadaire *France Football* signalera que : « Klaus Allofs, revenu pratiquement au top niveau **après plus de six mois d'absence**. » [France Football, 10.01.1989]

**1994 - Franco Baresi dit Il Capitano (Italie) : 23 jours après l'opération du ménisque interne du genou droit, le capitaine de la Squadra Azzurra joue la finale du Mondial à Los Angeles malheureusement perdue aux tirs au but face au Brésil**

### **Ménisque interne genou droit**



### **Repères : footballeur international de 1980 à 1994 (81 sélections)**

1. « La terrible bataille remportée par l'Italie face à la Norvège le 23 juin a un coût et il est plutôt élevé. Le joueur le plus dramatiquement touché est sans aucun doute le capitaine Franco Baresi. Victime d'une distorsion du genou droit, le Milanais a tout d'abord subi hier matin une IRM (imagerie par résonance magnétique) au Lennox Hill Hospital de Warren, à proximité de l'hôtel des *Azzurri*. Il a ensuite été dirigé sur un établissement new-yorkais pour examens complémentaires. Finalement, en accord avec les médecins du Milan AC, il a dû être opéré sur place du ménisque interne du genou droit. » [L'Équipe, 25.06.1994]

2. « Franco Baresi qui a subi une arthroscopie du genou il y a deux semaines, va mieux et c'est une bonne nouvelle pour les *Azzurri* compte tenu de la suspension de Costacurta : « *Si la finale avait lieu aujourd'hui, ce serait risqué de l'aligner* » a expliqué le docteur Ferretti. « *Dimanche, en revanche, rien n'est impossible. Son genou droit va bien, mais Franco doit à présent récupérer d'un point de vue athlétique et musculaire.* » [L'Équipe, 15.07.1994]

**ÉPILOGUE** : Franco Baresi joue bien la finale le 17 juillet contre le Brésil. Les deux équipes terminent le match sur le score vierge de 0-0. L'épreuve des tirs au but permet au Brésil de remporter son quatrième titre de champion du monde. Lors de cette séance-couperet, Franco Baresi et Roberto Baggio ratent leurs tirs. Tous les deux relèvent de blessure, le capitaine italien d'un ménisque, le finisseur n° 1 d'un claquage de la cuisse et d'une tendinite d'Achille. Il est plus que probable que ces handicaps physiques ont joué un rôle perturbateur.

1996 - **Christophe Dugarry dit *Duga* (France) : un ménisque externe opéré nécessitant plusieurs mois de réathlétisation débouchant sur une saison 1996-1997 peu concluante au *Milan AC***

### **Ménisque externe genou droit**



### **Repères : footballeur international de 1994 à 2002 (55 sélections)**

Blessé au genou droit le 22 juin 1996 à la 80<sup>e</sup> minute du match France-Pays-Bas en quarts de finale de l'Euro anglais, Dugarry est opéré à Milan le 26 juin d'une lésion du ménisque externe. Le 14 août dans *L'Équipe*, il fait part de l'évolution de son état physique :

« Aujourd'hui encore, il ressent quotidiennement quelques couleurs. 'Dès que je force, mon genou gonfle un peu, raconte l'attaquant des Bleus. Il faut y aller doucement, ne pas prendre de risque ou faire n'importe quoi. Mais les médecins du club m'ont dit que pour un ménisque externe la rééducation durait un peu plus longtemps. Ils ne sont pas inquiets, ils trouvent que je progresse normalement. Zvonimir Boban et Massimo Ambrosini ont connu la même blessure, ils en ont donc l'habitude. »

Du coup, l'emploi du temps du néo-Milanais reste rythmé par les soins, Duga s'habitue doucement à sa nouvelle vie, assimile la somme de travail qu'il devra fournir une fois guéri : « Les entraînements sont longs, variés, soutenus, également très tactiques. Je regarde, j'enregistre. Et il me tarde d'être apte. Aujourd'hui, je ne peux pas batailler, je ne suis pas opérationnel. Alors, je n'en suis pas encore à me demander combien de matches je disputerai cette saison. Quand je reprendrai l'entraînement, sans doute à la fin août, je montrerai ce dont je suis capable. » » [L'Equipe, 14.08.1996]

Quatre mois près l'opération du ménisque externe, Le Parisien du 23 octobre titre : « Titulaire pour la première fois ce soir avec le Milan AC, Dugarry sort enfin du tunnel »

Texte du journaliste Nicolas Helias : « Christophe Dugarry attendait ce jour avec impatience. Il est enfin arrivé. Ce soir [Ndlr : 23 octobre], l'ancien Bordelais va faire ses grands débuts comme titulaire à la pointe de l'attaque du Milan AC associé à Roberto Baggio. Il va tenter de prouver sa valeur face aux joueurs de la Reggiana, en Coupe d'Italie. Cette première, l'avant-centre tricolore la savoure avec une joie sincère et véritable (...) L'ancien coéquipier de Zinedine Zidane pensait que son heure ne viendrait plus du tout au long de ses quatre mois d'indisponibilité (...).

« Je vis un rêve - Je ne suis pas encore à 100%. J'ai toujours un peu mal au genou mais bon, je peux jouer normalement. J'ai eu deux mois vraiment difficiles. J'ai souffert physiquement ». » [Le Parisien, 23.10.1996]

### **1996 - Bernard Lama dit le Chat (France) : opéré le 16 septembre du ménisque externe du genou droit**

#### **Ménisque externe genou droit**



#### **Repères : footballeur international de 1993 à 2000 (44 sélections)**

« Le camp des Loges à Saint-Germain-en-Laye, hier matin. Bernard Lama, le gardien parisien, grimace et quitte l'entraînement prématurément. Direction la table de massage et la salle de remise en forme où il va faire un peu de vélo. Dans la foulée, le gardien de but et capitaine du PSG annule tous ses rendez-vous prévus. A quarante-huit heures du choc contre Galatasaray, il souffre toujours de son genou. Moralement, il est atteint. A Rennes, vendredi dernier quelques instantanés ont montré clairement que le gardien parisien n'avait pas recouvré l'intégralité de ses moyens physiques : son genou, opéré le 16 septembre, le faisait grimacer, surtout après ses dégagements au pied. Hier, l'articulation s'est remise à enfler. Une inflammation jugée logique après une opération puis une reprise de la compétition soutenue mais qui ne devrait pas remettre en cause sa présence, demain soir, contre Calatasaray. Mais, mentalement, Bernard Lama accuse le coup. « A l'entraînement, il boitait, raconte Bruno Ngotty. On lui a tous suggéré d'arrêter, de rentrer aux vestiaires. Il a le masque ? Mais c'est normal ! Tout joueur qui sent qu'il n'est pas à 100 % avant un grand rendez-vous réagit de la sorte. »

Lama n'est pas à 100 % mais sa volonté farouche devrait lui permettre d'évoluer à un très bon

**niveau.** C'est du moins ce qu'estime Ricardo (entraîneur du PSG), de son côté, est sûr de pouvoir compter sur son capitaine : « *Il a encore mal, c'est pour ça qu'il a, quitté l'entraînement plus tôt. Mais il va jouer. Son problème, c'est qu'il veut être à 2 000 % contre les Turcs.* »

Dans cette optique, Lama serre donc les dents, sans pouvoir cacher son agacement. « *Lâchez-moi !* », a-t-il répondu à ceux qui s'inquiétaient de sa santé hier matin. » [Le Parisien, 30.10.1996]

Un mois plus tard, dans *L'Equipe*, Lama reparle de son genou :

On sait que vous travaillez énormément pour revenir au niveau d'avant votre blessure. Où en êtes-vous réellement aujourd'hui ?

« Je me rends compte de ce que représente une opération du genou, du travail que j'ai à fournir pour retrouver mon niveau. **Cela me rend amer, le constat est difficile.** Pendant mon arrêt, j'ai travaillé, j'ai fait de la musculation. Mais à mon retour à Rennes, je me suis aperçu que si j'y étais mentalement, physiquement c'était différent. Cela a modifié mon jeu, je n'ai plus l'état d'esprit conquérant, je suis plus sur la réserve. Et ça me chagrine. Je dois prendre sur moi, dépasser cela. D'ordinaire, je me donne à fond, et là, je ne peux pas. C'est frustrant.

Cette insuffisance vous fait-elle douter ?

Non mais c'est long. Il faut que je joue, que j'enchaîne les matches et les entraînements et physiquement, je ne tiens pas encore la distance. La veille du match de Lille, je fais une bonne séance, je suis content mais **je mets trois jours à récupérer.** Tous ces paramètres influencent mon rendement. » [L'Equipe, 22.11.1996]

Plus de seize mois plus tard, le 21 avril 1998 dans *Le Figaro*, Bernard Lama témoigne qu'il est toujours préoccupé par sa jointure non encore complètement guérie :

Physiquement, êtes-vous le même qu'avant la blessure ?

J'avais encore mon ménisque, plus maintenant. Je n'ai plus le même potentiel mais je compense par l'observation, le mental. Actuellement, je ne suis pas au sommet de ma condition. Je devrais l'atteindre mi-juin, mi-juillet. C'est programmé ainsi. Je suis très à l'écoute de mon corps. C'est ce qui m'a permis d'avoir peu de blessures graves dans ma carrière. » [Le Figaro, 21.04.1998]

**EPILOGUE** : en raison de cette lésion méniscale opérée et de sa longue indisponibilité, il perdra pour le Mondial 1998 (10 juin-12 juillet), au profit de Fabien Barthez la place de gardien n° 1.

**2016 - Jérémy Mathieu (France) : opéré le 29 mars 2016 du ménisque interne du genou gauche, il rejoue cinq semaines après en Liga**

### **Ménisque interne genou gauche**



#### **Repères : footballeur international de 2011 à 2016 (5 sélections)**

« Jérémy Mathieu (32 ans, 5 sélections) a réussi la première partie de son pari : blessé au ménisque interne du genou gauche le 29 mars face à la Russie (4-2) neuf minutes après son entrée en jeu, le Français est de nouveau apte à jouer, à quatre jours de l'annonce, jeudi, de la liste de Didier Deschamps pour l'Euro (10 juin-10 juillet 2016).

**Cinq semaines après son opération du genou droit, Jérémy Mathieu a rejoué hier lors de la victoire du FC Barcelone face à l'Espanyol (5-0).** L'ancien Sochalien est rentré à la 70<sup>e</sup> minute alors que le score était déjà de 3-0 en faveur des Blaugrana. C'était son objectif comme il nous l'avait récemment confié (*L'Equipe* du 29 avril). Mais rien ne laissait présager que ce serait à gauche, le

poste où Didier Deschamps voulait absolument le voir jouer face à la Russie, le 29 mars, qu'il ferait sa rentrée. En décidant de le lancer à la place de Jordi Alba, Luis Enriques (l'entraîneur du *Barça*) a certainement voulu maximiser ses chances d'intégrer la liste des vingt-trois Bleus retenus pour l'Euro. Même s'il a touché très peu de ballons et qu'il lui faudra encore un peu de temps pour retrouver toutes ses sensations, Mathieu a déjà remporté son pari, lui qui a préféré se faire retirer entièrement le ménisque plutôt que de suturer afin de raccourcir les délais de guérison. » [L'Equipe, 09.05.2016]

**Epilogue** : Apte à partir du 7 mai, il fait partie de la liste des 23 joueurs français sélectionnés pour disputer l'Euro 2016 mais lors de la finale de la Coupe du Roi, il se blesse au mollet et doit déclarer forfait pour l'Euro.

**2016 – Benoît Tremoulinas (France) : lésion du ménisque externe du genou droit. Le latéral gauche sera absent de la liste pour l'Euro**

### Ménisque externe genou gauche



**Repères : footballeur international de 2012 à 2015 (5 sélections)**

« Blessé au ménisque externe du genou gauche jeudi 5 mai 2016 en Ligue Europa, le latéral gauche du *Séville FC* sera opéré la semaine prochaine. Il manquera la finale de la Ligue Europa face à Liverpool. Et surtout l'Euro.

Le Français avait retrouvé sa place sur le flanc gauche de la défense du *Séville FC*, jeudi soir 05 mai. Mais son retour à la compétition n'a pas dépassé la 73<sup>e</sup> minute de cette demi-finale retour de Ligue Europa face au *Chakhtior Donetsk* (3-1 aller, 2-2). Sous les yeux de Guy Stephan, l'adjoint de Didier Deschamps, l'international français (30 ans, 5 sélections) a été contraint de céder sa place la tête baissée. Le verdict est tombé hier après-midi, via un communiqué officiel du club andalou : « Trémoulinas met un terme à sa saison après avoir été victime d'une rupture du ménisque externe du genou gauche. Il sera opéré la semaine prochaine en France par son médecin de confiance. Son absence est estimée à quatre semaines. L'ancien Bordelais (2007-2013) ratera donc la finale de la Ligue Europa face à Liverpool le 18 mai à Bâle mais surtout l'Euro (10 juin-10 juillet 2016). Ce coup dur, à moins d'une semaine de l'annonce de la liste des vingt-trois de Deschamps n'est pas le premier. Trémoulinas a déjà dû renoncer plusieurs fois à la sélection sur blessure. Présélectionné en novembre 2014, il avait notamment déclaré forfait à cause d'un orteil. » [L'Equipe, 07.05.2016]

**2017 - Tiémoué Bakayoko (France) : toute une saison handicapé par une fissure du ménisque**

### Ménisque genou droit



## **Repères : footballeur international depuis 2017 (1 sélection)**

« Le milieu qui a quitté Monaco pour Chelsea au cours de l'été, révèle qu'il a joué toute la saison passée handicapé par une fissure au ménisque du genou droit.

Vous parliez de votre blessure. Pouvez-vous nous en dire plus ?

Je l'avais contractée il y a deux ans avec les Espoirs, lors d'un match contre l'Ecosse (2-1, le 10 octobre 2015). J'avais été touché au ménisque du genou droit, je m'étais soigné et j'étais revenu sur les terrains. Ça allait plus ou moins bien mais, la saison passée, après la préparation, j'ai commencé à avoir mal. C'est venu progressivement puis ça s'est aggravé, si bien qu'au final je souffrais d'une fissure au ménisque. **J'ai essayé de tenir toute la saison.**

A partir de quel moment est-ce devenu handicapant ?

Ça l'a toujours été un peu. Dès le match contre le PSG (3-1) en août, je l'ai senti. Les gens ne savent pas que, durant toute la saison, j'ai souffert à cause de mon genou, **j'ai vraiment serré les dents à chaque match.** Il y a des rencontres où ça allait et d'autres où c'était plus difficile car c'était compliqué pour mon genou d'encaisser les charges, les rencontres à haute intensité et le fait de jouer tous les trois jours. J'ai essayé de faire ce qu'il fallait, j'ai beaucoup travaillé, j'ai fait des soins. Mais la seconde partie de la saison a été plus compliquée : je sentais que j'avais plus de mal à démarrer les matches, mon genou me faisait davantage souffrir. C'était difficile.

Vous n'avez jamais envisagé de vous faire opérer en cours de saison ?

J'y ai pensé car à un moment **ça me faisait vraiment mal.** Mais j'ai estimé que ce n'était pas une bonne idée, que je devais m'accrocher. Je n'avais pas envie de laisser l'équipe et donner moins d'options au coach. A Monaco, ils savent que je me suis vraiment accroché. Mais je me suis senti un peu seul en fin de saison. **Je me suis fait opérer fin mai à Strasbourg** par un médecin que l'ASM m'avait suggéré et je suis parti en vacances. Après, ils ont très peu pris de mes nouvelles. Je ne comprenais pas trop, mais j'ai fait ce qu'il fallait. Je suis parti à Clairefontaine en rééducation sans que Monaco m'aide. J'aurais aimé avoir un peu plus de soutien sachant que je ne m'étais toujours pas engagé avec Chelsea. » [[L'Equipe](#), 24.08.2017]

**Epilogue** : Après sa première titularisation contre l'Espagne le 28 mars 2017, il n'a jamais été rappelé en Equipe de France.

**COMMENTAIRES JPDM** – A partir du moment où l'interview de Bakayoko s'étale sur deux pages du quotidien et qu'au final, il est dit à plusieurs reprises qu'il a été handicapé toute la saison par une fissure du ménisque du genou droit, il est clair que le joueur et les journalistes ignorent tous que chaque genou comporte deux ménisques : un interne (médial) et un externe (latéral). La lésion du ménisque externe demande beaucoup plus de temps pour récupérer et permettre au joueur de retrouver le terrain avec ballon.