



Kyste de Baker

🕒 paru le 01/10/2019 • adapté au contexte belge francophone • dernière adaptation de contenu le 26/10/2021

Un guide-patient est un outil réalisé pour vous aider à faire des choix pour votre santé. Il vous propose des informations basées sur la recherche scientifique. Il vous explique ce que vous pouvez faire pour améliorer votre santé ou ce que les professionnels peuvent vous proposer lors d'une consultation. Bonne lecture !

De quoi s'agit-il ?

Un kyste de Baker ou kyste poplité est une petite boule qui apparaît à l'arrière du genou (dans le creux poplité).

Dans le creux poplité, il y a plusieurs petites poches (bourses séreuses) qui contiennent un liquide lubrifiant (liquide synovial). Ces poches peuvent être reliées entre elles et avec l'articulation du genou. En cas d'accumulation anormale de liquide dans le genou, ces bourses gonflent et peuvent former un kyste.

Chez l'enfant, le kyste de Baker peut être présent depuis la naissance. Chez l'adulte, il apparaît généralement suite à une blessure au genou ou à une maladie, qui entraîne une accumulation de liquide dans le genou (déchirure d'un ménisque, rupture d'un ligament, inflammation (arthrite) ou arthrose).

Quelle est sa fréquence ?

Sur 1000 personnes qui consultent un médecin généraliste, 14 ont des problèmes de genou. Sur 100 problèmes de genou, il y a 3 kystes de Baker. En réalité, les chiffres sont peut-être plus importants car les personnes ne consultent pas nécessairement un médecin généraliste pour ce type de problème.

Comment le reconnaître ?

Le kyste ne provoque généralement pas de symptômes. Vous observez simplement un gonflement mou, élastique, qui ne fait pas mal (indolore) à l'arrière du genou. Dans certains cas, le kyste peut atteindre la taille d'une balle de tennis. Dans ce cas, vous le sentez beaucoup plus, il est douloureux et s'accompagne d'une sensation de raideur, car il vous empêche de plier complètement le genou.

Si ce kyste est dû à une autre maladie, vous avez souvent d'autres symptômes associés à cette affection.

- Dans le cas d'une inflammation et d'une accumulation de liquide, le genou peut être rouge, chaud et gonflé.
- Les déchirures du ménisque ou des ligaments résultent généralement d'une blessure sportive.
- En présence d'arthrose du genou, vous souffrez de raideur, parfois de gonflement, et vous ne pouvez plus ni tendre ni plier le genou complètement.

Exceptionnellement, le kyste peut se déchirer. Vous ressentez alors une forte douleur et un gonflement qui s'étend jusque dans le mollet.

Comment le diagnostic est-il posé ?

Votre médecin généraliste fait généralement le diagnostic sur base d'un simple examen du genou. En cas de doute, une échographie peut être réalisée.

Parfois, le gonflement du mollet (suite à la déchirure du kyste) fait penser à une maladie des veines de la jambe (thrombose). L'échographie permet de poser le bon diagnostic.

Si votre médecin pense à une déchirure du ménisque ou à une rupture d'un ligament, une IRM pourra être réalisée. Si il pense à de l'arthrose, il vous prescrira peut-être une radiographie.

Que pouvez-vous faire ?

Le plus souvent, vous ne devez rien faire, surtout si vous n'avez pas mal et que le kyste ne vous gêne pas. Vous pouvez essayer de moins utiliser votre genou pendant un petit temps. Cela peut permettre de faire disparaître le kyste. Mais vous devez savoir que ce type de kyste peut revenir plusieurs fois.

Si le kyste se déchire, il n'y a pas de traitement particulier. Cependant, il est important de bouger votre genou normalement dès que possible.

Que peut faire votre médecin ?

Si le kyste revient plusieurs fois (kyste récurrent) ou que les symptômes sont gênants, le médecin peut aspirer le liquide au moyen d'une aiguille. Si ce traitement ne vous soulage pas, il est parfois nécessaire de faire enlever le kyste par un chirurgien. C'est souvent le cas après un accident sportif.

Si le kyste se déchire, il n'y a pas de traitement particulier.

Source

[Guide de pratique clinique étranger 'Kyste de Baker' \(2000\), mis à jour le 24.07.2017 et adapté au contexte belge le 14.12.2017 - ebpracticenet](#)