

Pathologies Mains Doigt à ressaut



Page 1 / 2

DOIGT A RESSAUT

Dernière mise à jour 12 Juillet 2013

Source : sos-main.org

Qu'est ce qu'un doigt à ressaut ?

Le doigt à ressaut est une affection très fréquente. Cela commence par une gêne douloureuse au niveau de la paume lors des mouvements de flexion et d'extension d'un doigt. Typiquement en étendant le doigt il se produit un ressaut débloquent brutalement l'extension.

Le diagnostic est alors évident. La gêne est plus importante le matin.

À un stade ultérieur, il faut parfois s'aider de l'autre main pour allonger complètement le doigt, le passage est alors souvent très douloureux. Le doigt peut parfois rester complètement bloqué en flexion.

Quelle est l'origine du doigt à ressaut ?

Pour comprendre l'origine du doigt à ressaut, il faut connaître la disposition anatomique des tendons fléchisseurs au niveau des doigts et de la main. Ces tendons font suite au corps musculaire situé à l'avant-bras. Ils traversent la paume et se terminent à l'extrémité des doigts. Lorsque vous pliez les doigts ces tendons ne prennent pas la corde : ils sont plaqués contre les phalanges par des "poules de réflexion".

Ce système de tendon et de poules est extrêmement ajusté et il suffit d'un petit épaissement du tendon même très localisé pour entraîner un blocage. C'est ce qui se produit lors du doigt à ressaut : pour une raison que l'on ignore le plus souvent, le tendon s'épaissit localement et a du mal à passer sous la poulie qui se trouve dans la paume de la main.

Qu'est ce qui cause l'épaississement du tendon ?

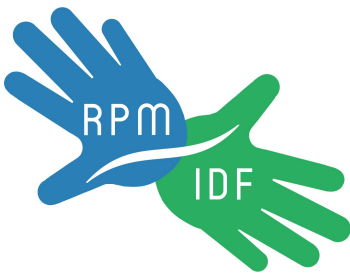
L'épaississement du tendon se produit le plus souvent sans cause précise. Parfois il semble y avoir une relation avec un geste manuel répétitif mais ce n'est pas toujours le cas.

Le plus souvent il s'agit d'une inflammation chronique qui établit comme un cercle vicieux : le frottement du tendon aggrave l'inflammation, qui épaissit encore le tendon, augmentant le frottement.

**Le Réseau Prévention Main IdF est un réseau de santé financé par
l'Agence Régionale de Santé d'IdF.**

Téléphone : 01.45.57.21.80 - Email : contact@reseaumain.fr

Prendre un rendez-vous en ligne www.reseaumain.fr



Pathologies Mains Doigt à ressaut



Page 2 / 2

DOIGT A RESSAUT

Qui est atteint ?

Tout le monde peut présenter un doigt à ressaut même les bébés, mais ce sont les femmes d'âge moyen qui sont le plus souvent atteintes. Le diabète est un facteur de risque de doigt à ressaut.

Comment le traiter ?

Le diagnostic est fait par le simple examen clinique et généralement aucun examen complémentaire n'est nécessaire. Plusieurs traitements sont possibles :

Le repos : pour les cas bénins et lorsque cela est possible, la mise au repos du doigt peut suffire à faire disparaître les symptômes. Le repos consiste à éviter les travaux manuels et répétitifs et de façon générale tout ce qui reproduit le ressaut ou déclenche des douleurs. Une attelle peut être mis en place.

L'infiltration : elle consiste à injecter localement un produit corticoïde. Il s'agit d'un médicament anti-inflammatoire dont l'effet est d'atténuer l'inflammation locale, et donc de faire dégonfler l'épaississement tendineux. L'effet de l'infiltration est parfois retardé de quelques jours. La guérison définitive est souvent obtenue à la suite d'une seule infiltration.

La chirurgie : il faut avoir recours à la chirurgie si les autres traitements sont inefficaces. L'intervention est généralement réalisée sous anesthésie locale en ambulatoire c'est-à-dire sans hospitalisation. L'intervention consiste à élargir la poulie au niveau de la paume de façon à faciliter le passage du tendon. Après l'intervention, il n'y a pas d'attelle ni de rééducation, un simple pansement est conservé quelques jours. Vous avez le droit de mobiliser le doigt librement sans travail de force pendant trois semaines. La récupération est généralement complète au bout de trois semaines.

Le Réseau Prévention Main IdF est un réseau de santé financé par
l'Agence Régionale de Santé d'IdF.

Téléphone : 01.45.57.21.80 - Email : contact@reseaumain.fr

Prendre un rendez-vous en ligne www.reseaumain.fr