

Pathologies Poignets Syndrome du canal carpien

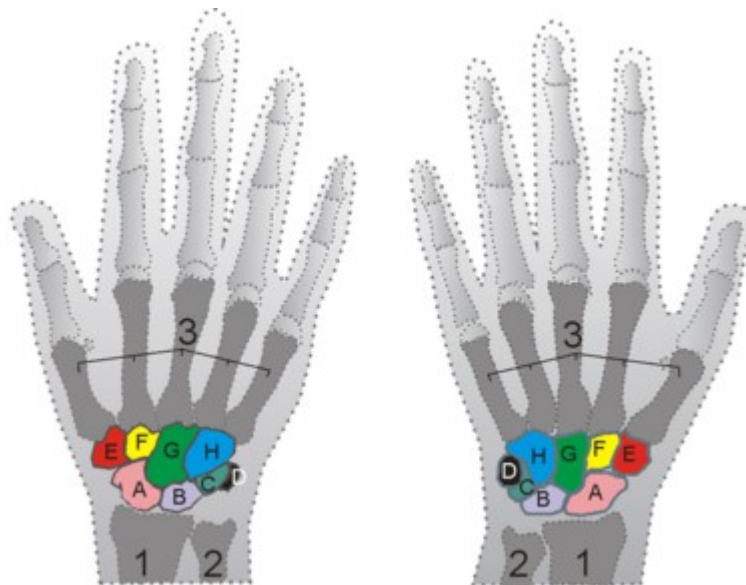


Page 1 / 4

RAPPEL ANATOMIQUE

Le poignet est une région du membre supérieur située entre la main et l'avant-bras, et contenant le carpe.

Élément-clé pour le fonctionnement de la main, il permet les mouvements (c'est-à-dire les changements de place et d'orientation) de la main par rapport à l'avant-bras, transmet les forces appliquées de la main à l'avant-bras, permet d'adapter la capacité de flexion-extension maximale des doigts et de la préhension.



1. Radius
2. Ulna ou Cubitus
3. Métacarpiens
- A. Scaphoïde
- B. Lunatum ou Semi lunaire
- C. Triquetrum ou Pyramidal
- D. Pisiforme
- E. Trapèze
- F. Trapézoïde
- G. Capitatum ou Grand os
- H. Hamatum ou Os crochu

SYNDROME DU CANAL CARPIEN

Source : [UMEP](#)

Dernière mise à jour Juillet 2012

Qu'est ce que le syndrome du canal carpien ?

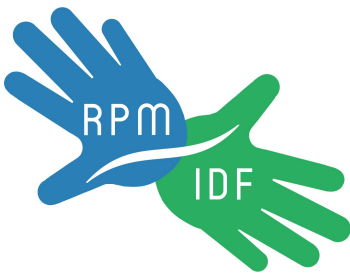
Le syndrome du canal carpien correspond à une compression d'un gros nerf situé dans la paume de votre main que l'on appelle le nerf médian.

Le nerf médian assure la sensibilité du pouce, de l'index, du majeur et d'une partie de l'annulaire. Le nerf assure également l'innervation de certains muscles à la base du pouce. C'est au niveau de sa traversée du canal carpien que le nerf est comprimé. Ce canal inextensible est compris entre les osselets du poignet d'un côté et un épais ligament de l'autre (voir schéma). En plus du nerf médian 9 tendons des doigts empruntent le canal carpien.

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

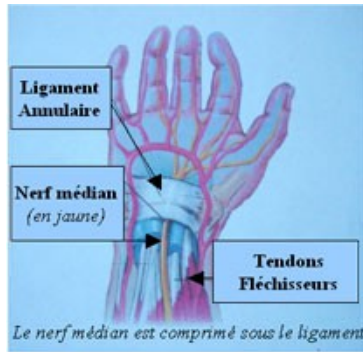
Prendre un rendez-vous en ligne www.reseaumain.fr



Pathologies Poignets Syndrome du canal carpien



Page 2 / 4



La compression du nerf provient soit de l'augmentation de volume des tendons et de leurs enveloppes synoviales, soit du rétrécissement du canal (arthrose-fracture).

Qui est atteint par le syndrome de canal carpien ?

Le syndrome du canal carpien est très fréquent dans l'ensemble de la population, particulièrement chez les femmes vers 50 ans. Les travailleurs de force effectuant un geste répétitif sont plus souvent atteints que la population générale.

Enfin, certaines maladies qui augmentent l'épaisseur des gaines autour des tendons sont plus souvent associées à un syndrome du canal carpien : hypothyroïdie, polyarthrite-rhumatoïde, amylose, diabète.

Quels sont les symptômes du syndrome du canal carpien ?

Le syndrome du canal carpien se traduit par des douleurs, des fourmillements et un engourdissement du pouce, de l'index, du majeur et parfois de l'annulaire.

En principe, ces troubles de la sensibilité ne touchent que les doigts, mais les douleurs peuvent s'étendre à toute la main et au bras.

Le plus souvent, ces signes apparaissent la nuit, vous réveillent vers 3h du matin et disparaissent en secouant la main pendant quelques minutes.

L'atteinte des 2 mains est très fréquente.

En cas de compression sévère, l'évolution se fait vers une perte progressive de la sensibilité des doigts. Il vaut mieux opérer avant ce stade auquel cas la récupération n'est pas toujours complète.

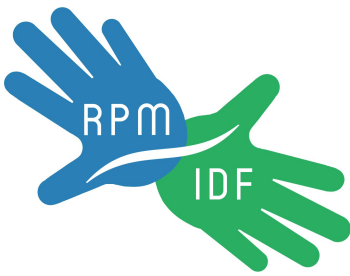
Quels examens complémentaires aurez-vous à passer ?

- La radiographie des poignets et des mains n'est pas systématique. Elle permet de dépister un rétrécissement du canal d'origine osseuse secondaire à un traumatisme ancien ou à l'arthrose.
- L'électromyogramme mesure la capacité du nerf médian à transmettre les signaux électriques. Cet examen permet de confirmer le diagnostic, de localiser le niveau de la

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



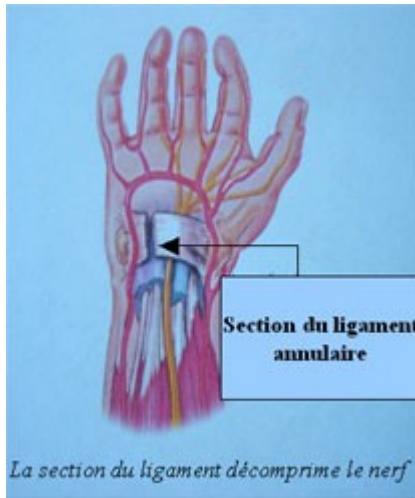
Pathologies Poignets Syndrome du canal carpien



Page 3 / 4

compression et de rechercher une anomalie sur les autres nerfs du bras. Cet examen n'est pas toujours indispensable. Il ne présente aucun danger, mais il est parfois un peu désagréable.

Quel est le traitement du syndrome du canal carpien ?

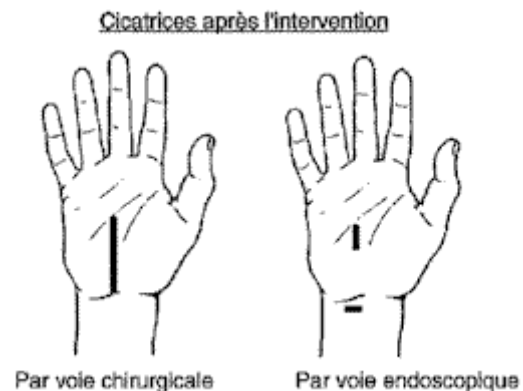


Le repos et une attelle font parfois disparaître les symptômes. Temporairement une infiltration peut être réalisée si les symptômes persistent.

Si ces traitements ne suffisent pas, la chirurgie devient nécessaire pour faire baisser la pression dans le canal carpien et libérer le nerf médian. L'intervention consiste à ouvrir l'épais ligament qui ferme le canal (voir schéma). La synoviale qui entoure les tendons peut être enlevée lorsqu'elle est épaissie.

Cette intervention est réalisée sous anesthésie du membre supérieur. La taille de la cicatrice est variable suivant que l'intervention est réalisée de façon classique ou sous endoscopie.

La technique endoscopique a l'avantage de diminuer la cicatrice dans la paume de la main, et de permettre une reprise d'activité plus rapide (voir schéma). Elle n'est pas réalisable dans tous les cas.



Après l'intervention

Vous pourrez sortir de la clinique le jour même, accompagné.

Les symptômes disparaissent généralement dès la première nuit.

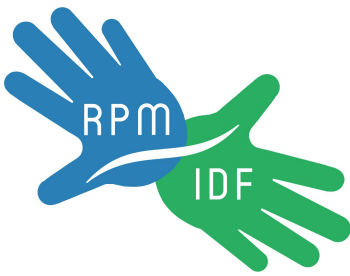
Il faut bouger vos doigts le plus normalement possible même si vous avez une attelle.

Ne gardez pas l'écharpe en permanence, la mobilité du coude et de l'épaule est

**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 Poignets Syndrome du canal carpien



Page 4 / 4

recommandée. Vous reverrez votre chirurgien entre le 5ème et 8ème jour postopératoire. Les activités usuelles peuvent être reprises très rapidement. En cas de travail manuel, un arrêt de travail de 2 à 6 semaines est habituel. La cicatrisation du ligament se fait habituellement en 6 semaines. La force de poigne revient progressivement en quelques semaines. La région palmaire peut rester sensible à la pression pendant 3 à 6 mois.

Au total

Le syndrome du canal carpien est très fréquent, il se traduit par des fourmillements des doigts particulièrement gênants lorsqu'ils empêchent de dormir la nuit. Lorsque la gêne persiste malgré une infiltration, l'intervention permet un soulagement immédiat et définitif.

Pour en savoir plus:

- [Sur le site de la Clinique de l'Yvette](#)
- [Sur le site de l'Institut Français de Chirurgie de la Main](#)
- [Par le Dr MARTINACHE](#)
- [Etude sur 100 personnes opérés par endoscopie](#)

**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