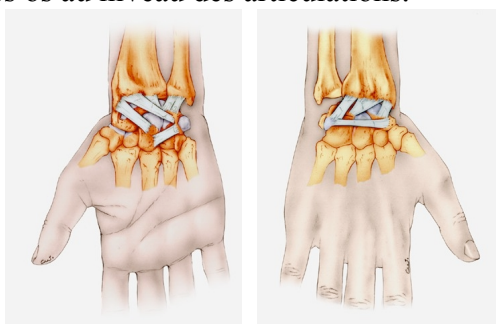




ENTORSES DU POIGNET

Définition

Une entorse est une lésion d'un ligament. Les ligaments sont les tissus conjonctifs qui unissent les os entre eux. On peut les représenter comme des bandes de maintien des os au niveau des articulations.



Ligaments du poignet

Comment survient une entorse ?

Ce type de lésion est fréquent lors d'une chute ou d'un accident sportif. Le poignet est alors contraint brutalement en arrière lors de la réception sur la main au sol. Ces lésions sont également fréquentes dans certains sports, comme le football ou le snowboard. Après l'accident, le poignet est généralement oedématié et douloureux à la mobilisation.



Radiographie normale et écart anormal scapho-lunaire

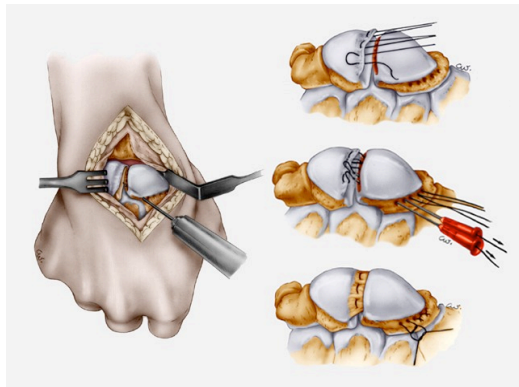
Quelles sont les types d'entorse les plus fréquents ?

Le ligament le plus souvent lésé dans le poignet est le ligament scapho-lunaire. Il relie deux os du poignet, le scaphoïde et le semi-lunaire. Il y a de nombreux autres ligaments dans le poignet, moins souvent concernés. L'entorse peut présenter un large spectre lésionnel, de l'entorse bénigne avec simple étirement des fibres ligamentaires, jusqu'à la rupture partielle voire complète.

Quels sont les traitements ?

Le chirurgien examine le poignet, évaluant ainsi les mobilités normales et douloureuses, la stabilité des os du poignet, et localise les endroits les plus douloureux. Un bilan radiographique permet de vérifier l'alignement correct des os du poignet et recherche une fracture. Parfois, d'autres examens sont réalisés, comme une I.R.M. ou un scanner avec injection de liquide dans l'articulation, pour préciser d'éventuelles ruptures ligamentaires. Le traitement peut aller de l'immobilisation simple par attelle ou par orthèse sur mesure à l'intervention chirurgicale. La chirurgie peut être réalisée par arthroscopie ou à « ciel ouvert ». L'arthroscopie consiste à réaliser plusieurs petites incisions (3 à 4 mm) pour faire pénétrer une micro-caméra et des instruments miniaturisés dans le poignet, ce qui permet de confirmer le diagnostic et de traiter certaines lésions ligamentaires. Parfois, il est nécessaire d'ouvrir le poignet pour réparer la lésion

ligamentaire ou pour remplacer le ligament concerné. Plusieurs techniques existent, utilisant des broches, des vis, ou d'autres implants dédiés. Les patients sont généralement immobilisés après l'intervention pendant 6 à 12 semaines.



Suture du ligament scapho-lunaire

Lésions chroniques

Le terme « chronique » se réfère à une lésion ancienne, datant de plusieurs mois ou plusieurs années. En l'absence de lésion cartilagineuse, une reconstruction ligamentaire peut être envisagée. En cas de lésion modérée ou sévère du cartilage (arthrose), les symptômes peuvent associer la douleur, la raideur et le gonflement de l'articulation. Le traitement comporte alors une mise au repos sur orthèse, un traitement anti-inflammatoire, et éventuellement une injection de dérivés corticoïdes. En cas d'échec du traitement, la chirurgie peut être proposée, avec résection des os arthrosiques, blocage partiel ou complet du poignet, ou mise en place d'implants.

Votre chirurgien est à votre disposition pour vous renseigner sur les meilleures options de traitement adaptés à votre cas.

Lésions associées

Il est possible de retrouver une fracture associée à une entorse. Il peut être nécessaire de réaliser un geste chirurgical spécifique à ce niveau, avec stabilisation de la fracture par broche, vis ou plaque vissée. Les lésions cartilagineuses, souvent associées, ne sont pas visibles sur la radiographie.

Quels résultats puis-je attendre de ces lésions ?

Malgré un traitement optimal, les entorses du poignet peuvent entraîner des séquelles douloureuses à long terme, avec raideur et perte de force. Le poignet est un assemblage complexe de plusieurs os, recouverts de cartilage, avec de nombreux ligaments, qui réalisent un équilibre fragile permettant les mouvements et assurant la stabilité de l'ensemble. La lésion peut déstabiliser cet équilibre et endommager les pièces osseuses secondairement. Enfin, la capacité de cicatrisation d'un ligament est variable d'un individu à l'autre, et peut être insuffisante pour résister aux contraintes mécaniques locales.

Voies de recherche

De nombreux travaux sont en cours pour évaluer de nouvelles techniques de réparation ou de remplacement des ligaments, afin d'éviter l'apparition de l'arthrose. Cela inclut la recherche de meilleures reconstructions ligamentaires utilisant les tissus de voisinage (tendons, capsule articulaire) ou à distance (ligaments prélevés sur la main ou sur le pied)