



Arthrose de la main et des doigts

De quoi s'agit-il ?

L'arthrose concerne les articulations, et traduit l'usure du cartilage. En temps normal, l'articulation est constituée de deux surfaces articulaires recouvertes de cartilage, correspondant l'une à l'autre, et permettant des mouvements sans résistance. L'arthrose survient lorsque les surfaces articulaires deviennent irrégulières et que des frottements anormaux apparaissent, avec des contraintes anormales. L'arthrose peut toucher toutes les articulations, mais l'atteinte est bien visible au niveau de la main et des doigts. La main est constituée de 19 os, et forme le poignet avec les 8 petits os du carpe et les 2 os de l'avant-bras (radius et cubitus). L'arthrose peut se traduire par des douleurs et une perte de fonction. Les formes les plus habituelles de l'arthrose sont l'arthrose essentielle, l'arthrose post-traumatique (après une fracture) et la polyarthrite rhumatoïde. D'autres causes existent, comme après une infection, dans la goutte ou dans le psoriasis.



Arthrose digitale, destruction des articulations inter-phalangiennes proximales et distales

L'arthrose de la main

L'arthrose correspond à une véritable maladie dégénérative des articulations dans laquelle le cartilage qui recouvre les surfaces osseuses commence à s'user. Cela survient par usure simple ou après une lésion de l'articulation (traumatisme, fracture). Au niveau de la main, les principales articulations atteintes sont au nombre de trois :

- la base du pouce, sur l'articulation qui unit le poignet et le pouce (l'articulation trapézo-métacarpienne)
- l'articulation à côté de l'ongle, aux extrémités des doigts (articulations inter-phalangiennes distales)
- l'articulation du milieu des doigts (articulations inter-phalangiennes proximales)

L'arthrose est également fréquente au niveau du poignet.

Signes et symptômes

La raideur, la déformation et la douleur sont les symptômes communs à toutes les formes d'arthrose de la main. Dans l'arthrose essentielle (sans cause apparente), de petits nodules indurés peuvent se développer sur les articulations du milieu des doigts, ou articulations inter-phalangiennes proximales (nodules de Bouchard) et sur les articulations de l'extrémité des doigts,

ou articulations inter-phalangiennes distales (nodosités d'Heberden). Une douleur profonde, sourde, à la base du pouce, est typiquement retrouvée dans l'arthrose de la base du pouce ou rhizarthrose. On peut également constater une déformation avec une tuméfaction à ce niveau, en regard de l'union du pouce avec le poignet. La force de serrage et de la pince pouce-index peut être fortement diminuée, avec un retentissement important sur les activités de la vie quotidienne.

Ouvrir une bouteille ou tourner une clé devient difficile, voire impossible. La douleur, l'enraidissement, la déformation et la perte de force peuvent également traduire une arthrose du poignet.



Nodosités d'Heberden

Diagnostic

Votre médecin vous examinera pour faire le bilan de l'atteinte des différentes articulations, et pour évaluer le retentissement de l'arthrose sur votre vie quotidienne. L'aspect clinique de la main et des doigts aide à porter le diagnostic du type d'arthrose. Une radiographie permettra d'évaluer la sévérité de la destruction articulaire, avec un pincement de l'interligne articulaire, une formation osseuse anormale (ou ostéophyte) et la formation de bandes osseuses denses aux bords de l'articulation.

Traitement

L'objectif du traitement est de diminuer la douleur et de restaurer la fonction. Les anti-inflammatoires et d'autres médicaments antalgiques aident à diminuer la douleur. En cas de poussée arthrosique, il est recommandé de mettre les articulations au repos. Il est également possible de porter des attelles sur mesure (orthèses) la nuit pour mettre la main au repos. La chaleur, par l'intermédiaire de bains chauds ou de cataplasmes peuvent soulager, et le froid aidera en cas de gonflement articulaire important. Il est capital de préserver la mobilité des doigts par une activité quotidienne sans effort. La rééducation est souvent utile par l'entretien articulaire. Une injection articulaire de corticoïdes peut soulager temporairement, sans pour autant traiter la cause de l'arthrose.

Ce traitement médical doit être poursuivi longtemps pour être efficace, et la chirurgie n'est jamais proposée sans avoir tenté un traitement médical conservateur.

La chirurgie est indiquée lorsque les douleurs deviennent intolérables ou que la fonction des doigts est très altérée. Souvent, les patients sont bien informés et disent à leur médecin qu'ils sont prêts pour une intervention chirurgicale.

L'objectif est de restituer la fonction la meilleure possible et de supprimer la douleur, sinon de la diminuer à un niveau tolérable. Un type d'intervention consiste à fusionner les surfaces articulaires, en retirant les surfaces articulaires détruites et en solidarissant les deux pièces osseuses, supprimant ainsi la mobilité de l'articulation douloureuse. Cette intervention est indiquée pour retirer les douleurs et pour corriger les déformations des doigts.

Un autre type de geste chirurgical consiste à reconstruire l'articulation atteinte, en retirant les surfaces articulaires détruites, pour éliminer le contact anormal des surfaces osseuses irrégulières, responsable des douleurs et de la perte de fonction. Une fois la partie détériorée de l'articulation retirée, elle peut être remplacée par des tissus mous, comme un tendon enroulé sur lui-même, ou par un implant articulaire (une prothèse).

Le choix du type de chirurgie dépend de l'articulation atteinte, votre niveau d'activités et de vos besoins propres.

Votre chirurgien de la main peut vous aider à choisir quel geste chirurgical est le plus approprié pour votre cas.



Arthrodèse des articulations inter-phalangiennes distales par vis enfouies