

Je m'informe sur la Ténosynovite de De Quervain

Maison médicale des SITTELLES

Adresse du site : www.docvadis.fr/maisonmedicalesittelles



Validé par

le Comité Scientifique Rhumatologie

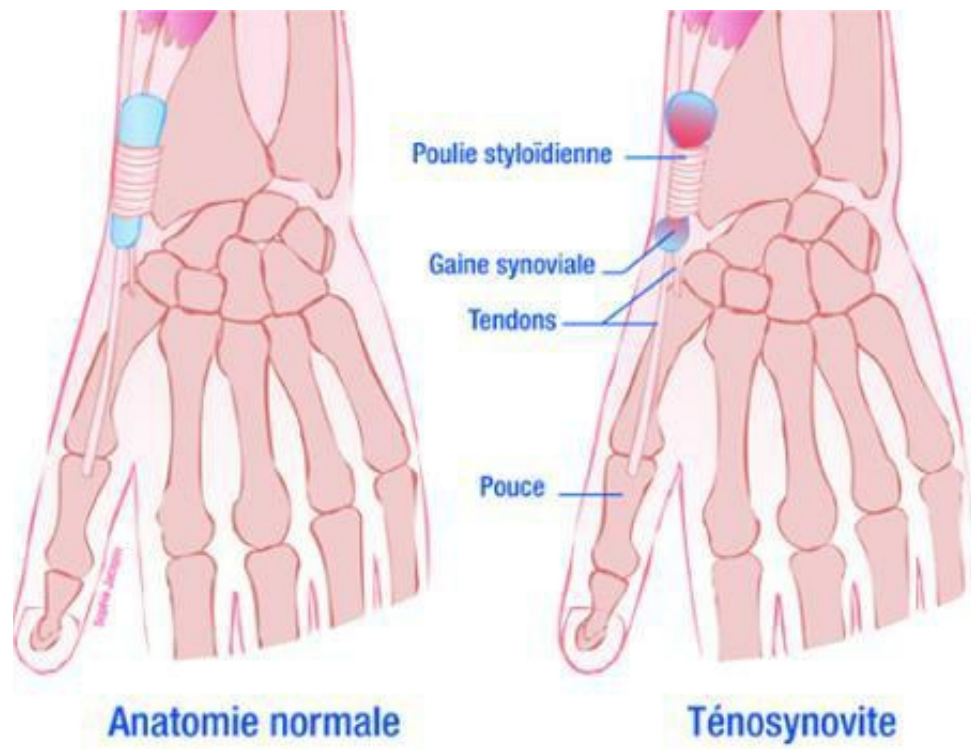
La Ténosynovite de De Quervain est une inflammation des tendons et de leur gaine synoviale situés à la base du pouce en regard du poignet. Elle gêne la vie de tous les jours et peut empêcher toute activité professionnelle. Au-delà de la mise au repos du tendon, elle peut être traitée médicalement voire chirurgicalement.

A quoi est due la Ténosynovite de De Quervain ?

C'est une inflammation au niveau des tendons de la base du pouce, en regard du poignet (face externe). Elle a été décrite pour la première fois par un chirurgien appelé le docteur De Quervain. Les tendons concernés sont maintenus dans une gaine étroite (gaine synoviale) qui peut gêner leurs mouvements en cas d'inflammation.

Ainsi, les frottements et les microtraumatismes réguliers, liés aux mouvements fréquents et répétés du pouce (pince pouce-index), créent et entretiennent cette inflammation.

La Ténosynovite de De Quervain est une inflammation des tendons et de leur gaine synoviale situés à la base du pouce en regard du poignet.



La Ténosynovite de De Quervain est une inflammation des tendons et de leur gaine synoviale situés à la base du pouce en regard du poignet.

Quelles sont les personnes concernées ?

La Ténosynovite de De Quervain touche particulièrement les personnes exerçant des professions qui nécessitent des gestes fréquents et répétés du pouce, par exemple : couturières, mécaniciens, kinésithérapeutes, secrétaires

Une jeune maman qui porte régulièrement son jeune enfant peut aussi être concernée (car sa main et son pouce restent en extension pendant longtemps).

Quels sont les signes qui doivent m'alerter ?

Cette inflammation des tendons se manifeste principalement par une douleur au bord externe du poignet, à la base du pouce. Cette douleur est brutale ou d'apparition progressive, s'étend quelques fois jusqu'au pouce voire à l'avant bras, gêne les mouvements, augmente lorsque l'on serre le poing. Il peut exister une tuméfaction en regard de la douleur.

Comment fait-on le diagnostic ?

L'examen clinique par le médecin est en général suffisant (empâtement douloureux au bord externe du poignet). Votre médecin exécutera une manœuvre simple qui consiste à serrer le poing, en plaçant le pouce à

l'intérieur, puis d'incliner le poignet vers le petit doigt. Le déclenchement d'une douleur est alors caractéristique de cette tendinite.

La radiographie du poignet est habituellement normale. L'échographie peut confirmer l'inflammation.

Quelle est l'évolution de cette tendinite ?

Une diminution spontanée de la douleur peut exister mais le plus souvent, cette douleur devient chronique, vous handicape au quotidien et empêche toute activité professionnelle. L'évolution sténosante laisse une cicatrice qui va empêcher les mouvements du tendon. Ceci peut justifier une intervention chirurgicale.

Quel traitement peut-on me proposer ?

L'objectif est d'obtenir la disparition des douleurs. Dans un premier temps, votre médecin peut vous recommander de mettre le pouce et le poignet au repos (notamment par le port d'une attelle de poignet).

Un traitement pour soulager la douleur (antidouleur) et limiter l'inflammation (anti-inflammatoire) peut améliorer la situation.

Si nécessaire, on peut vous proposer une infiltration de corticoïdes dans la gaine des tendons. La recherche de facteurs favorisant la réapparition des douleurs est indispensable pour les supprimer (activités répétitives, sport...).

Quand doit-on envisager un traitement chirurgical ?

En cas d'échec du traitement médical, on peut vous proposer une intervention chirurgicale sous anesthésie locale. Le but est de supprimer le conflit entre la gaine fibreuse et les tendons inflammatoires. La main peut être réutilisée normalement en quelques semaines, une fois la force musculaire récupérée

La Ténosynovite de De Quervain est une inflammation des tendons de la base du pouce, avec des douleurs et une gêne fonctionnelle. La douleur peut devenir chronique et nécessite souvent une mise au repos du pouce et du poignet avec un traitement médical. En cas d'échec du traitement médical, une solution chirurgicale est indispensable.