SOIGNEZ VOUS MÊME VOTRE DOIGT À RESSAUT OU DOIGT À GÂCHETTE

NO04

VOTRE GUIDE PRATIQUE
POUR SOULAGER VOTRE MAIN

Dr Jean Paul Brutus, chirurgien de la main
Nathalie Brisebois, ergothérapeute de la main
Noémie Vézina

AVERTISSEMENT AU LECTEUR ET RENONCIATION DE RESPONSABILITÉ :

Bien que les auteurs et éditeurs aient pris le meilleur soin d'assurer l'exactitude et le caractère exhaustif de l'information contenue dans ce livre, il est impossible de garantir que cette information soit complète, exacte et exempte d'erreurs ou d'omissions. Les auteurs, et les éditeurs déclinent toute responsabilité en cas de lésions, blessures, ou dommages à autrui, qui résulteraient, directement ou indirectement de l'utilisation et de l'application du contenu ou d'une partie du contenu de ce livre. Les informations continues dans ce livre doivent être considérées comme de l'information générale et ne peuvent remplacer ou se substituer à une consultation médicale ou à l'information fournie par votre médecin. Le contenu de ce livre est à considérer comme de l'information générale, donnée au meilleur des connaissances des auteurs, et ne constitue pas une recommandation ou instruction. Les auteurs et le lecteur ne se trouvent donc pas engagés dans une relation patient-médecin. Il est toujours recommandé de rencontrer un médecin en personne pour prendre les décisions relatives à votre santé. N'hésitez pas à obtenir une seconde opinion auprès d'un professionnel de la santé de votre région en cas de doute et avant de prendre une décision quant à la gestion de votre condition.

Tous droits réservés. Le contenu de cette publication ne peut être reproduit, archivé ou retransmis sous quelque forme que ce soit, et de quelque manière que ce soit, électronique, mécanique, photocopie, enregistrement ou autre sans l'autorisation préalable des auteurs.

SOIGNEZ VOUS MÊME VOTRE DOIGT À RESSAUT OU DOIGT À GÂCHETTE

VOS MAINS SONT UNIQUES ET PRÉCIEUSES !

SOIGNEZ VOUS MÊME VOTRE DOIGT À RESSAUT OU DOIGT À GÂCHETTE

VOTRE GUIDE PRATIQUE POUR SOULAGER VOTRE MAIN.

Dr Jean Paul Brutus, chirurgien de la main, drbrutus.com

Nathalie Brisebois, ergothérapeute de la main,
Centre Professionnel D'Ergothérapie, cpergotherapie.ca

Noémie Vézina

Le doigt à ressaut (doigt à gâchette, ténosynovite sténosante ou « trigger finger » en anglais) est une pathologie fréquente, souvent négligée qui cause un blocage douloureux du doigt en flexion et peut mener à des séquelles irréversibles s'il n'est pas traité efficacement. Ce manuel pratique écrit par des spécialistes du doigt à ressaut vous permettra de reconnaitre votre pathologie et vous confèrera la capacité de vous soigner vous-même immédiatement en adoptant les mesures efficaces pour soulager vos symptômes. Dans la majorité des cas, le doigt à ressaut peut être soulagé sans chirurgie !

Trouvez ici, en quelques minutes, les réponses à vos questions concernant le doigt à ressaut :

Vous serez informés(es) des connaissances les plus modernes sur cette pathologie et saurez exactement comment prendre en charge votre condition de la manière la plus efficace afin de reprendre vos activités professionnelles et vos loisirs dans les plus brefs délais.

Vous serez assurés(es) de savoir quand consulter un chirurgien de la main si cela devenait nécessaire.

Vous connaitrez les progrès spectaculaires apportés par les techniques mini-invasives modernes pour décomprimer vos tendons en quelques minutes, sous anesthésie locale et presque sans douleur. L'endoscopie permet souvent de retourner à vos activités en quelques jours seulement et constitue un réel progrès.

Cessez d'endurer la douleur et surtout n'ignorez plus la pathologie dont vous souffrez ; vos mains sont uniques et précieuses !

TABLE DES MATIÈRES

1 / La ténosynovite sténosante (doigt à ressaut) est très fréquente / Qui peut en être affecté(e) ?

2 / Quels sont les symptômes du doigt à ressaut ?

3 / Quelle est la cause du problème ?

4 / Comment se fait le diagnostic et quels types de tests dois-je passer ?

5 / L'échographie est-elle utile ?

6 / Dois-je passer une radiographie ?

7 / Dois-je passer une résonance magnétique ?

8 / Dois-je passer un électromyogramme ?

9 / Le doigt à ressaut peut-il être associé au travail ou à des gestes répétitifs?

10 / Que puis-je faire pour soulager ma douleur ?

11 / Que penser de l'utilité d'une injection de cortisone dans le canal carpien ?

12 / Comment agit la cortisone ?

13 / L'acide hyaluronique en injection peut-il être utile pour améliorer le glissement des tendons fléchisseurs ?

14 / Est-il absolument nécessaire de traiter le doigt à ressaut ?

15 / J'ai essayé toutes les mesures proposées ci-dessus et rien ne fonctionne; que dois je faire ?

16 / Devant cette situation, la chirurgie est-elle indispensable ?

17 / Quel type d'anesthésie est requis pour cette intervention ?

18 / Comment se pratique cette chirurgie actuellement ?

19 / Existe-t-il des techniques alternatives moins invasives par endoscopie ?

20 / Existe-t-il d'autres techniques de chirurgie minimalement invasive pour le doigt à ressaut ?

21 / Est-ce que ces traitements sont douloureux ?

22 / Quelles sont les chances vraiment réelles de succès de ce type de chirurgie?

23 / On entend souvent parler d'histoires d'horreur en lien avec le doigt à ressaut, est-ce que ce sont des histoires réelles ?

24 / Quelles sont les complications possibles suite à ce type de chirurgie ?

25 / Y a t il des risques de lacérations nerveuses ?

26 / J'ai entendu parler de syndrome de dystrophie réflexe ou encore de «CRPS»? Qu'est-ce que cela signifie ?

27 / Qu'est-ce qui en est des raideurs ? J'ai entendu qu'il fallait faire de la rééducation après la chirurgie.

28 / Et les cicatrices douloureuses au niveau de la main ?

29 / Quel genre de convalescence doit-on prévoir ?

30 / Est-il possible de retourner au travail la semaine qui suit la chirurgie ?

31 / Est-ce qu'il faut doit porter une orthèse après la chirurgie ?

32 / Quels sont vos suggestions pour choisir le meilleur médecin et quelles questions un patient doit absolument lui poser ?

33 / Quel est l'âge limite pour un patient qui souhaiterait se faire opérer ?

34 / Bibliographie

VOTRE GUIDE PRATIQUE
POUR SOULAGER VOTRE MAIN