



→ Orthèse thermomoulée sur mesure

Une solution pour le traitement de la ténosynovite de De Quervain

- ▶ C'est une réaction inflammatoire entre les tendons du 1er compartiment des extenseurs (long abducteur et court extenseur du pouce) et la gaine synoviale qui les entourent, du fait d'un conflit mécanique.

Elle siège sur le bord externe du poignet, juste au dessus de la styloïde radiale, pouvant former une tuméfaction plus ou moins volumineuse.

Cette pathologie touche essentiellement la population féminine.

Elle peut être favorisée par des activités répétées, tant de précision que de force, qui nécessitent l'utilisation de la pince entre pouce et index.

Elle est fréquemment rencontrée chez la jeune maman qui vient de mettre au monde « sa merveille », du fait du port répété du nouveau né.

- ▶ Les douleurs sont généralement retrouvées :
 - A la palpation,
 - A la contraction contre résistance des tendons,
 - A la mise en tension des tendons par la manœuvre de Finkelstein (colonne du pouce en flexion, poignet en inclinaison ulnaire-flexion).
- ▶ Le traitement conservateur a pour objectif de stabiliser le poignet et la colonne du pouce en détente du 1er compartiment des extenseurs afin de limiter au maximum leur sollicitation et tenter de résoudre cette réaction inflammatoire.



Pour ce faire, une orthèse thermomoulée sur mesure, adaptée à votre morphologie, peut être mise en place, pour immobiliser la colonne du pouce dans le prolongement de l'avant bras, en extension de la phalange intermédiaire (la phalange distale reste libre), le poignet en légère extension et inclinaison radiale.



Il est conseillé de porter cette orthèse 24h/24h pendant 3 à 4 semaines, puis la nuit pendant une durée équivalente.

En plus du port de cette orthèse, votre médecin traitant pourra éventuellement, en fonction de l'importance de votre ténosynovite, vous proposer la mise en place d'un pansement occlusif (pommade ou compresse anti-inflammatoire sur la tuméfaction, durant la nuit), une infiltration, de la mésothérapie...

Il va de soi que ce traitement nécessite votre totale participation et mise au repos (pas de port de charge, d'activité de précision...) pour aboutir à une résultat satisfaisant, qui ne peut jamais être garanti.

Ce n'est qu'en cas d'échec de ce traitement médical, que l'on peut avoir recours à la chirurgie avec un excellent taux de succès.

Votre orthèse ne doit jamais être exposée à une source de chaleur (plage arrière de voiture, soleil, radiateur...), au risque de se déformer. Son entretien doit être effectué avec de l'eau froide et du savon de marseille.

Pour toute modification, adaptation de l'orthèse, merci de prendre rendez-vous : 05.56.15.85.55.

La conduite est interdite avec une orthèse.