

Entorse des Articulations Interphalangiennes proximales des doigts longs

Docteur Xavier Martinache.

Entorse signifie déchirure d'un ligament. Les entorses des articulations des doigts sont extrêmement fréquentes, notamment lors des activités sportives ou des jeux de ballon.

Le plus souvent le doigt se "retourne à l'envers", entraînant une déchirure du ligament antérieur. Une déchirure d'un ligament latéral est très souvent associée.

Le traitement

Le but du traitement est de favoriser la consolidation des ligaments et de retrouver une articulation mobile et stable.

Les ligaments rompus doivent être protégés pendant la période de cicatrisation (3 à 6 semaines). Au début, une attelle maintient l'articulation en extension pendant 8 jours. Cette attelle ne prend que l'articulation concernée laissant libres les articulations voisines. Après une semaine, l'attelle est enlevée et le doigt est attaché au doigt voisin.

Syndactylie dynamique

Une compresse coupée est glissée entre les deux doigts pour éviter la macération. Les phalanges sont solidarisiées par des bandes d'élastoplaste. Ces bandes doivent être étroites pour ne pas gêner la mobilité des articulations. Vous devez les confectionner en coupant de l'élastoplaste de 3 cm en deux dans le sens de la longueur. Vous les collez ensuite là où la peau est lisse, c'est à dire à distance des plis en regard des articulations. Les bandes sont collées en oblique pour s'adapter à la différence de longueur des doigts. Ce système de couplage digital permet de protéger et de rééduquer le doigt atteint par le doigt sain voisin. Vous devez le conserver 15 jours en permanence puis un mois lors des activités sportives.

Les séquelles possibles

Rétractation du ligament antérieur

En principe deux séquelles sont possibles :

- une instabilité de l'articulation est possible du fait de la détente du

ligament traumatisé.



photo n°1 :instabilité majeure chronique liée à une rupture de la plaque palmaire

En fait une telle instabilité est toute à fait exceptionnelle (contrairement à ce qui se produit notamment au niveau de la cheville). La principale complication est au contraire l'enraidissement de l'articulation sous forme d'un déficit de l'extension. Le ligament antérieur a cicatrisé en se rétractant, empêchant le doigt de s'allonger complètement.

- raideur par rétraction du ligament antérieur.

Il faut veiller tout au long du traitement à éviter cette rétraction, en vérifiant que vous conservez l'extension complète.

Si vous voyez que vous commencez à perdre quelques degrés d'extension il faut reprendre contact avec votre chirurgien.

Suivant le cas, il vous prescrira une simple attelle en extension à porter la nuit, ou un appareillage dynamique.

Le gonflement de l'articulation est-il normal?

Oui, l'articulation va rester gonflée plusieurs mois. Cela est dû aux processus de réparation des ligaments. C'est tout à fait normal et cela ne doit pas vous inquiéter.

La chirurgie est elle parfois nécessaire ?

Si une déformation du doigt en flexion s'installe de façon chronique une

intervention chirurgicale pourra être nécessaire pour la corriger une telle intervention n'est proposée qu'après echec du traitement rééducatif et du port d'une attelle d'extension dynamique
Cette intervention n'est jamais proposée avant 4 à 6 mois. Elle devra être suivi d'une kinésithérapie prolongée de deux à trois mois sous peine de voir le **flessum** de l'articulation récidive



photoN°2
orthèse d'extension dynamique pour combattre la déformation en pré et post-opératoire

Conclusion

Les entorses des doigts sont très fréquentes. La plupart des cas sont bénins et doivent être mobilisés précocément. Il faut vérifier que vous conservez l'extension complète, afin de ne garder aucune séquelle.