

Canal carpien: quand faut-il opérer?

SANTÉ Vous ressentez parfois une gêne dans l'une ou les deux mains, comme des fourmillements, une impression de gonflement ou des douleurs? Une pathologie fréquente, en particulier dans certaines professions.

PAR CLEMENTINE.FITAIRE@PLANETESANTE.CH

Le canal carpien est un espace fermé au poignet, dans lequel passent les neuf tendons fléchisseurs des doigts entourés d'une gaine, ainsi que le nerf médian. «Comme le canal carpien est un espace inextensible, toute augmentation de volume va comprimer le nerf médian, ce qui se manifeste habituellement par des fourmillements désagréables dans les doigts ou, d'une façon plus atypique, par des douleurs pouvant remonter jusque dans l'épaule», décrit la Dre Mirsada Bejic, spécialiste FMH en chirurgie de la main à la Lemman Hand Clinic de Nyon et médecin agréée du Groupement hospitalier de l'Ouest lémanique (GHOL).

Les symptômes débutants typiques sont des picotements ou engourdissements dans les doigts (principalement dans le pouce, index et majeur), surtout la nuit ou le matin au réveil. Une compression de longue durée et persistante sur le nerf peut l'endommager progressivement, ce qui se manifeste par une diminution de la sensibilité au bout des doigts et des difficultés à tenir certains objets.

Les quinquas, attention!

S'il peut survenir à tout âge, le syndrome du canal carpien concerne en particulier les femmes et les personnes de plus de 50 ans. On retrouve souvent ce syndrome chez les travailleurs de force qui exercent des activités répétitives et sollicitent beaucoup leurs mains. Ces mouvements peuvent en effet provoquer, à terme, une inflammation de la gaine qui entoure les tendons et qui participe à la fluidité des mouvements.



Le médecin traitant peut poser le diagnostic de syndrome de canal carpien, sur la base de l'examen de la main et de certains tests cliniques spécifiques.

DRE MIRSADA BEJIC
SPÉCIALISTE FMH EN CHIRURGIE DE LA MAIN

Mais l'apparition de ce syndrome n'est pas toujours d'origine mécanique. Certaines ma-



Le canal carpien est un espace fermé au poignet, dans lequel passent les neuf tendons fléchisseurs des doigts entourés d'une gaine, ainsi que le nerf médian. RICHARD VILLALON - STOCK.ADOBE.COM

ladies comme le diabète, l'obésité, l'hypothyroïdie ou des maladies inflammatoires chroniques (polyarthrite rhumatoïde, goutte, etc.) peuvent aussi en être responsables.

Limiter les risques

Dès lors que les premières sensations surviennent, il est es-

sentiel de ne pas les ignorer, pour éviter d'endommager le nerf de façon irréversible. Si un geste répété est identifié comme cause mécanique, il est important d'en réduire la fréquence, en particulier les mouvements du poignet en flexion. «Cela n'est malheureusement pas toujours possible dans les activités professionnelles, constate la Dre Bejic. Dans ce cas, au-delà d'un réaménagement éventuel de l'espace de travail, une attelle nocturne est proposée pour immobiliser le poignet en position de repos.» Si les symptômes perdurent ou s'aggravent, une prise en charge médicale est nécessaire. «Le médecin traitant, en premier lieu, peut poser le diagnostic de syndrome de canal carpien, sur la base de l'examen de la main et de certains tests cliniques spécifiques, explique la spécialiste. Ensuite, un électromyogramme (EMG) est habituellement demandé pour confirmer le diagnostic et évaluer la sévérité de l'atteinte du nerf.»

La chirurgie, pour qui?

Chez les patients jeunes, le médecin peut également recommander une échographie ou

une IRM pour écarter des causes plus rares, comme une tumeur ou un kyste.

Lors de l'examen clinique, si la sensibilité au bout des doigts et la mobilité du pouce du patient sont normales, une attelle de repos lui sera proposée, et éventuellement une infiltration de cortisone pour aider les tendons à dégonfler. En revanche, si la sensibilité au bout des doigts est diminuée, voire absente, ou si le patient a moins de force ou lâche des objets, il s'agit d'une compression du nerf plus sévère qui incite à aller vers la chirurgie. L'opération, en ambulatoire et peu invasive, consiste à sectionner le ligament antérieur qui ferme le canal, afin de libérer le nerf médian comprimé. Cela se fait par une voie ouverte d'environ deux centimètres sur la paume, sous anesthésie locale. «On injecte de l'anesthésie avec adrénaline, qui a un pouvoir vasoconstricteur, ce qui permet d'opérer sans garrot», confie la Dre Bejic.

Comme dans toute intervention chirurgicale, des risques de complications existent mais restent relativement rares: hé-

Et le syndrome «vibratoire»?

Le syndrome du canal carpien est à distinguer d'une autre pathologie, moins connue, qui s'en rapproche, et qui est due à l'utilisation répétée d'appareils qui vibrent, comme des marteaux-piqueurs ou des machines industrielles. Il s'agit du «syndrome vibratoire main-bras», aussi appelé «hand-arm vibration syndrome» (HAVS). Engourdissement des doigts, perte de dextérité... les symptômes se ressemblent, mais le traitement, lui, diffère. «Une opération du canal carpien ne résoudra pas le problème, explique la Dre Mirsada Bejic, spécialiste FMH en chirurgie de la main à la Lemman Hand Clinic de Nyon et médecin agréée du Groupement hospitalier de l'Ouest lémanique (GHOL). En effet, les symptômes ne disparaissent pas tant que le patient poursuit son activité professionnelle, ce qui peut mener à des lésions irréversibles à long terme. Des mesures doivent être mises en place sur le lieu de travail pour diminuer les vibrations et la durée d'exposition.» Il est donc important de bien déterminer l'origine du syndrome lors du diagnostic au cours de la consultation avec le médecin, pour choisir un traitement adapté.

matome, infection, douleur sur la cicatrice, etc. Quant à la récupération, elle dépend bien entendu de la sévérité du syndrome avant l'intervention, mais reste très satisfaisante dans la majorité des cas. Pour retrouver une fluidité optimale des mouvements, les médecins recommandent des petits exercices articulaires et des massages à faire chez soi, en complément éventuellement de séances chez un ergothérapeute.

La grossesse, période à risque

«Lors du dernier trimestre de grossesse, j'ai commencé à ressentir d'importants picotements dans les mains, la nuit, en position allongée. Il fallait que je secoue mes mains en l'air pour me soulager, se souvient Claire, 34 ans. J'avais également une perte de sensibilité importante sur plusieurs doigts.»

La grossesse est en effet une période particulièrement à risque pour le syndrome du canal carpien. «Entre 20 et 40% des femmes enceintes rencontrent ces symptômes», explique la Dre Mirsada Bejic, spécialiste FMH en chirurgie de la main à la Lemman Hand Clinic de Nyon et médecin agréée du Groupement hospitalier de l'Ouest lémanique (GHOL).

Parmi les causes suspectées, l'action des hormones sur le tissu conjonctif et le phénomène de rétention d'eau au niveau du canal carpien. Généralement, l'inflammation disparaît d'elle-même après l'accouchement, voire après l'allaitement, lorsque l'activité hormonale diminue. En attendant, des attelles de

repos, voire une infiltration de cortisone, permettent de soulager la main et le poignet. Mais dans certains rares cas, l'engourdissement persiste et une intervention chirurgicale est nécessaire, avec de bons résultats à condition d'opérer tôt, avant que le nerf ne soit trop endommagé.

«Ce syndrome étant courant pendant la grossesse, mon gynécologue ne s'est pas alarmé, raconte Claire. C'est mon médecin traitant qui m'a conseillé, au bout de plusieurs mois sans amélioration, de faire des tests neurologiques. J'ai donc été opérée de la main gauche cinq mois après mon accouchement, puis deux mois plus tard de la main droite. Les picotements désagréables ont cessé du jour au lendemain après l'opération. En revanche, je n'ai pas récupéré toute ma sensibilité dans les doigts. Je fais toujours tomber des objets et j'ai du mal dans certaines manipulations, comme pour mettre un fil à une aiguille ou défaire un nœud.»



Aide à la propulsion pour accompagnant
Empulse R20

Venez visiter notre nouveau showroom de moyens auxiliaires à Nyon

Fauteuils roulants, déambulateurs, scooters médicaux, accessoires de bains, etc...



Daniel Robert
ORTHOPÉDIE SA

Centre Articom - Rte de Divonne 46 - 1260 Nyon - 022 365 52 60

www.orthopedie-robert.ch



Daniel Robert
ORTHOPÉDIE