

# TENDINITE DE DE QUERVAIN

Catherine Laffargue – Clinique La Francilienne-77340 Pontault Combault.

Technique de rééducation utilisée : **Antalgie + prophylaxie.**

## Particularités de la rééducation :

Inflammation de la gaine entourant les tendons long abducteur et court extenseur du pouce, qui cheminent dans un même tunnel fibreux

- Pas de MTP ni Stanish.

## Immobilisation :

Attelle maintenant le poignet 20° d'extension et pouce en légère abduction + extension (repos long abducteur et court extenseur).

## Phase 1 : Phase inflammatoire

- Cryothérapie (utilisation de cold pack = obtention d'un refroidissement progressif) ou d'une cryothérapie entraînant un choc thermique.
- Immobilisation par port d'orthèse.
- Electrothérapie antalgique.
- Pansements aux anti-inflammatoires.
- Prévention des facteurs déclenchants : étude et rectification du geste, du poste de travail.
- Mise au repos, chez le sportif.
- Conseils diététiques (augmentation de la ration hydrique entre autres, et modification de l'alimentation).

## Phase 2: En dehors de la phase inflammatoire

- Ultrasons , à effet antalgique et défibrosant.

*En cas d'échec de la kinésithérapie, le traitement chirurgical est à envisager.*

## SURVEILLANCE

Tolérance attelle :

- Points d'appui
- Ne pas trop positionner le pouce en rétropulsion ni extension.