

# **SYNDROME du TUNNEL CARPIEN**

## **LE CANAL CARPIEN**

Le canal carpien est un défilé formé en arrière par les petits os du poignet, et en avant par un gros ligament appelé ligament annulaire antérieur.

Ce canal sert de voie de passage pour :

- les tendons des muscles qui permettent aux doigts de se refermer en poing,
- un tout petit nerf, très fragile : le nerf médian responsable de la force et de la sensibilité de certains doigts de la main.

## **LE SYNDROME DU CANAL CARPIEN**

Le syndrome du tunnel carpien est une atteinte du nerf médian par irritation ou compression de celui-ci.

Ce syndrome apparaît de manière très progressive au niveau des doigts d'une ou des deux mains et plus souvent chez la femme après 40 ans.

## **LES SIGNES**

Lorsque l'atteinte est complète, elle présente les signes suivants :

- une sensation de fourmillement, de picotement ou de brûlure au niveau des doigts avec parfois gonflement de ceux-ci. En générale, l'atteinte ne touche pas le petit doigt.

Les douleurs apparaissent par crise, en générale le soir et empêchent de dormir.

Dans certains cas, des douleurs associées peuvent remonter le long de l'avant bras et du bras.

Au matin, les mains sont parfois lourdes et maladroitement mais retrouvent une souplesse de mouvement au cours de la matinée.

- une diminution plus ou moins importante de la sensibilité au niveau de certains doigts.
- une diminution de la force musculaire du pouce, surtout visible dans les mouvements de pince entre le petit doigt et le pouce.

Il existe des formes fréquentes de syndrome du tunnel carpien chez les femmes enceintes ou en période de ménopause.

## **LES CAUSES**

Les causes de ce syndrome peuvent être multiples :

- traumatismes répétés du poignet
- rhumatismes
- dépôts intra canaux de substance.

### **LE TRAITEMENT MEDICAL**

Le traitement médical classique réside dans l'injection intra-canaux de corticoïdes pour faire diminuer l'inflammation.

En cas d'échec, le traitement par chirurgie réside dans la section du ligament annulaire antérieur afin de diminuer la pression qu'il exerce sur le nerf médian.

### **EN CHIROPRACTIE ET EN OSTEOPATHIE**

En chiropractie et en ostéopathie, on considère que l'irritation du nerf médian peut avoir 2 origines :

- l'irritation directe du nerf médian par l'un des petits os du poignet et notamment par le semi-lunaire.
- la contracture permanente du ligament annulaire antérieure suite à une instabilité des petits os du poignet ou des deux os formant l'avant bras : le radius et le cubitus. Cette contracture diminuant anatomiquement la place laissée au passage du nerf médian.

Une composante cervicale, notamment au niveau de la 5ème ou 6ème vertèbre cervicale, est très fréquente. Dans ces cas, une correction de l'origine mécanique de l'irritation, suffit à réduire l'inflammation du nerf médian et à faire disparaître les symptômes.

En cas de doute, n'hésitez pas à consulter votre chiropraticien ou votre ostéopathe.