COUDE

Dr ALAIN

Dr BOSCHER

Dr CHROSCIANY

Dr COSTE

Dr DOTZIS

Dr LOUISIA

Dr MARCZUK

Dr PICOULEAU

Dr VACQUERIE

SECRÉTARIAT PERSONNA

TÉL. VOIR RUBRIQUE "LES CHIRURGIENS"

SECRÉTARIAT GÉNÉRAL :

05 55 45 44 33

DU LUNDI AU VENDREDI

8H30 - 12H30 / **14H00 - 18H00**

LE SAMEDI

9H00 - 12H00

Le guide du patient

EPICONDYLITE LATÉRAL

EPICONDYLITE

De quoi s'agit-il ?

Au niveau du coude il existe à l'extremité inférieure de l'humérus (l'os du bras allant de l'é du coude appelé épicondyle.

O n décrit donc un épicondyle latérale (sur la face du coude tourné vers l'extérieur) et l'ép coude tourné vers le tronc)

Sur chacun de ces épicondyles s'insèrent des tendons impliqué dans les différents mouve sollicitation intensive de ces tendons après des activités nécessitant des gestes répétitifs d fabrication de chaussures, hôtesse de caisse etc..) ou sportifs (sport de raquette en partic subissent des microtraumatismes répétés qui peuvent être responsable d'une détérioration tendineuse.

Les douleurs sont au début déclenchés par certains gestes spécifiques mais à l'état chron compris la nuit altérant la qualité de vie et la capacité à travailler.

Le traitement doit d'abord comporter des mesures conservatrices :

Utilisation d'une attelle pour mettre les tendons au repos, une coudière peut apporter un s médicaments anti douleurs et anti inflammatoires. Une infiltration peut également apporter nécessaire et doit chercher à modifier la gestuelle responsable lorsque cela est possible.

Lorsque la gêne est trop importante et que le traitement médical est insuffisa



Installation arthroscopie du coude

Au niveau de l'épicondyle latérale la chirurgie peut être réalisé sous contrôle arthroscopiqu instruments permettant au chirurgien de vous opérer en regardant sur un écran de contrôl consiste à exciser (enlever) les tissus abimés. La chirurgie est efficace sur les douleurs. La reprise du travail peut être envisager entre 45 et 90 jours selon les cas et la profession.

Cette chirurgie peut être réalisée en ambulatoire (entrée le matin et rentrée le soir même) chirurgie ambulatoire)

Une attelle est mise en place pour mettre au repos les tendons concernés pour 3 semaine douleurs mais les gestes de force sont interdits les 45 premiers jours.

Au niveau de l'épicondyle médial le principe de la chirurgie est le même. La proximité du n ouvert, pour des raisons de sécurité vis à vis du nerf ulnaire situé juste en arrière de l'épic compression du nerf ulnaire au coude.

Pour limiter le risque de récidive il est conseillé de contrôler les facteurs aggravants tels que : intoxication tabagique, diabète non équilibré, surpoids, poste de travail inadapté sur le plan ergonomique etc…