

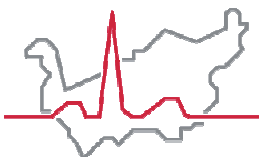
# Rupture de tendons extenseurs des doigts

## INFORMATION AUX PATIENTS



**Vous avez coupé un tendon qui permet d'étendre le doigt ? Après l'opération, vous devez bouger le doigt d'une manière particulière pour favoriser la guérison tout en évitant que la suture lâche.**

Ce feuillet présente les exercices de mobilisation à faire 10 fois par jour en cas de rupture de tendons extenseurs des doigts (en zone III-IV distal)



Hôpital du Valais  
Spital Wallis

[www.hopitalvs.ch](http://www.hopitalvs.ch) | [www.spitalvs.ch](http://www.spitalvs.ch)

## MOBILISATION

### EXERCICES À COCHER PAR LE THERAPEUTE

A réaliser toujours avec l'accord de votre thérapeute ou médecin

#### Exercice à faire 1 fois par heure, 10-15 répétitions

Enlever votre attelle que vous portez normalement 24h/24h pour enfiler celle ci-dessous :



1. Plier le doigt jusqu'à ce que l'attelle vous arrête.
  2. Remonter le doigt tout droit sans forcer en rectitude.
- Si « ça tire », ne pas plier plus.

#### Exercice à faire 1 fois par heure, 10 répétitions

Enlever votre attelle que vous portez normalement 24h/24h pour enfiler celle ci-dessous :



1. Plier le bout du doigt légèrement.
2. Remonter le doigt tout droit sans forcer en rectitude.

**Secteur médicothérapeutique**

**Service d'ergothérapie**

**Centre Valaisan de Pneumologie (CVP)**

Route de la Moubra 87, 3963 Crans-Montana | T 027 603 81 20

**Hôpital de Sierre**

Rue St-Charles 14, 3960 Sierre | T 027 603 71 46

**Hôpital de Sion**

Avenue du Grand-Champsec 80, 1951 Sion | T 027 603 40 00

**Hôpital de Martigny**

Avenue de la Fusion 27, 1920 Martigny | T 027 603 98 97

**Clinique Saint-Amé**

Vers Saint-Amé 10, 1890 Saint-Maurice | T 027 604 66 29

**Hôpital de Malévoz**

Route de Morgins 10, 1870 Monthey | T 027 604 73 93