

« Mallet finger » ou « doigt en maillet »

UN PROGRAMME À DOMICILE



Secteur médico-thérapeutique | Ergothérapie
Centre Hospitalier du Valais Romand (CHVR)

Ce feuillet vous donne des explications pour effectuer des soins à domicile lors d'une lésion du tendon extenseur d'un doigt.



Hôpital du Valais
Spital Wallis

www.hopitalvs.ch | www.spitalvs.ch

Soins à domicile lors d'une lésion du tendon extenseur (mallet finger)

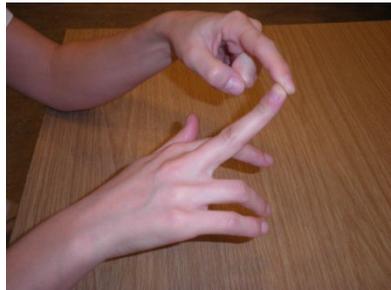
Port d'une attelle maintenant l'extrémité de votre doigt en extension

- au départ, porter l'attelle 24h/24, afin de laisser le tendon au repos pour qu'il puisse cicatriser durant au moins six, voire huit semaines, selon les ordres médicaux et le type de lésion ;
- ensuite, porter l'attelle uniquement de nuit et pour la pratique de sport ou d'activité à risque, durant encore deux à quatre semaines.

Soins de la peau et nettoyage de l'attelle

Le doigt doit être lavé tous les jours, et il faut surveiller la peau.

Faites attention : au moment du retrait de l'attelle, l'extrémité du doigt ne doit absolument pas se plier, sinon il y aura étirement du tendon au niveau de la blessure et mise en danger du processus de cicatrisation. Le tendon risquerait à nouveau de se rompre.



Il est conseillé de procéder ainsi :

- préparer une lavette humide, un peu de savon, un linge sec et de la crème ;
- poser sa main à plat sur une table, tirer délicatement sur l'attelle pour la retirer, en maintenant l'appui du doigt sur la table **durant toute l'opération** ;
- laver et soigner d'abord le dos du doigt puis, avec l'autre main, tenir votre doigt blessé bien tendu, et passer la lavette pour faire le soin de la pulpe. Il est très important durant cette manœuvre de **ne pas plier le doigt** ;
- votre attelle doit être lavée chaque jour au savon et à l'eau froide ; il est vivement conseillé de demander l'aide de quelqu'un ou d'utiliser une seconde attelle pour le faire ;
- le doigt et l'attelle doivent toujours être bien secs avant de replacer l'attelle ;
- l'attelle ne doit **jamais** être en contact avec des températures élevées (eau chaude, sèche-cheveux...).

En suivant ces conseils, le port de l'attelle qui maintient l'extrémité du doigt en extension doit être fait 24h/24, de façon permanente.

En cas de problème avec l'attelle (blessure, défectuosité, etc.), il est utile de contacter immédiatement l'ergothérapeute.

Il est important de ne pas oublier de bouger toutes les autres articulations.

Hôpital du Valais | Centre hospitalier du Valais Romand (CHVR)

Secteur médico-thérapeutique

Service d'ergothérapie

Hôpital de Sierre

Rue St-Charles 14, 3960 Sierre | +41 (0)27 603 71 63

Hôpital de Sion

Avenue du Grand-Champsec 80, 1951 Sion | +41 (0)27 603 85 51

Hôpital de Martigny

Avenue de la Fusion 27, 1920 Martigny | +41 (0)27 603 94 39

Clinique Saint-Amé

Vers Saint-Amé 10, 1890 Saint-Maurice | +41 (0)27 604 66 29

Hôpital de Malévoz

Route de Morgins 10, 1870 Monthey | +41 (0)27 604 73 33