

# RÉÉDUCATION ET ORTHÈSES DE LA MAIN ET DU POIGNET DU GOLFEUR

Grégory Mesplié

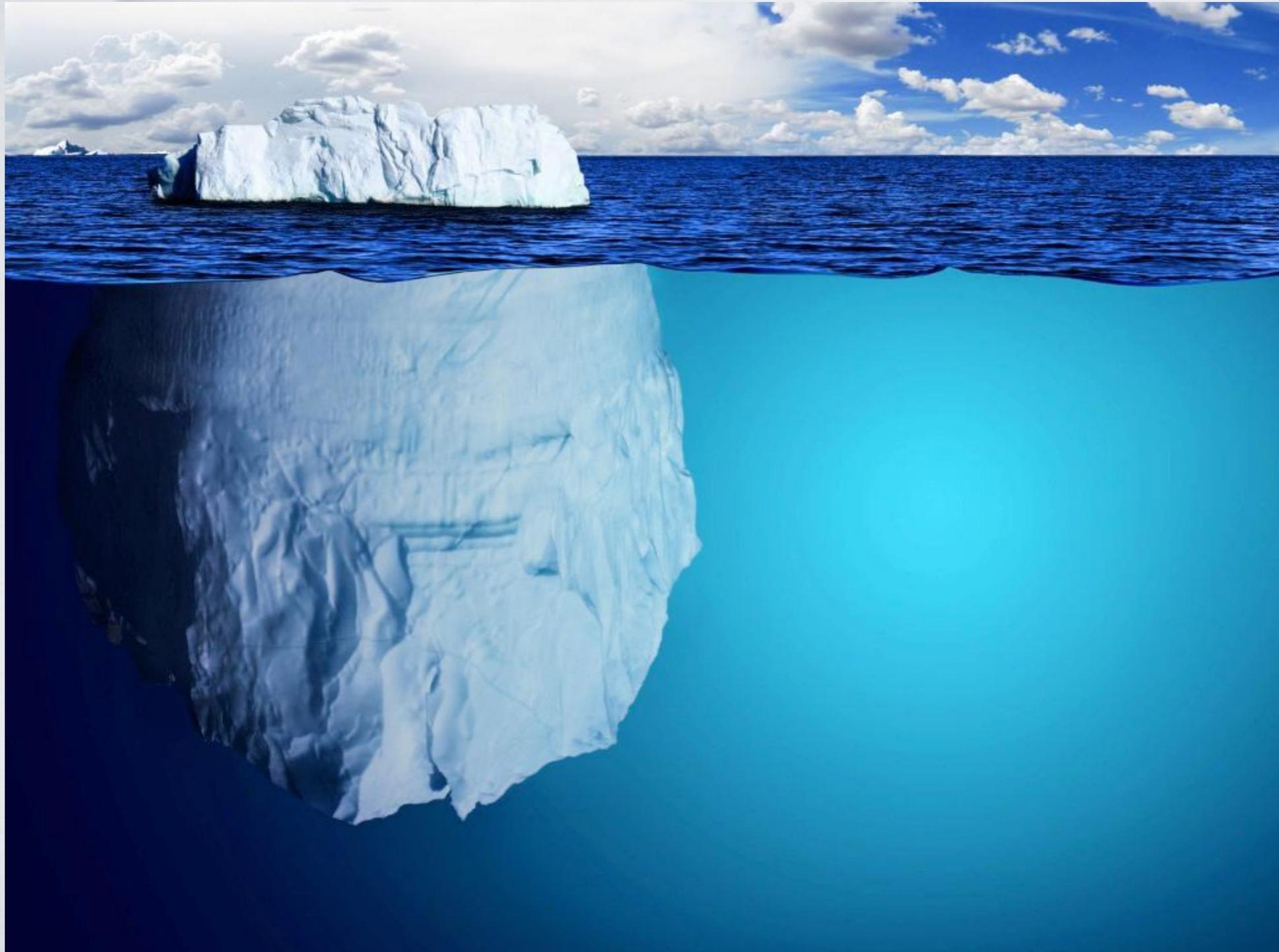
Institut Sud Aquitain de la Main et du Membre Supérieur  
BIARRITZ



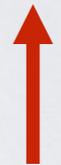
[www.isamms.com](http://www.isamms.com)



# Pathologies du sportif



## Blessure



- Hygiène de vie
- Technique (grip, gestuelle)
- Environnement physique et mental

# Pathologies rencontrées

Micro-traumatiques ou traumatiques



Tissus osseux, ligamentaire, tendineux, musculaire et nerveux  
+  
Dystonie

# Pathologies du golf

Osseuse  
s

Articulaires

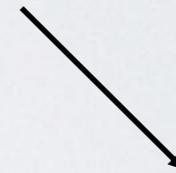
Tendineuse  
s

Dystonies

## *Fractures*



**Scaphoïde**  
(Conflit radio-scaphoïdien)



**Uncus hamatum**  
(Contact base du club)

# Pathologies du golf

Osseuse  
s

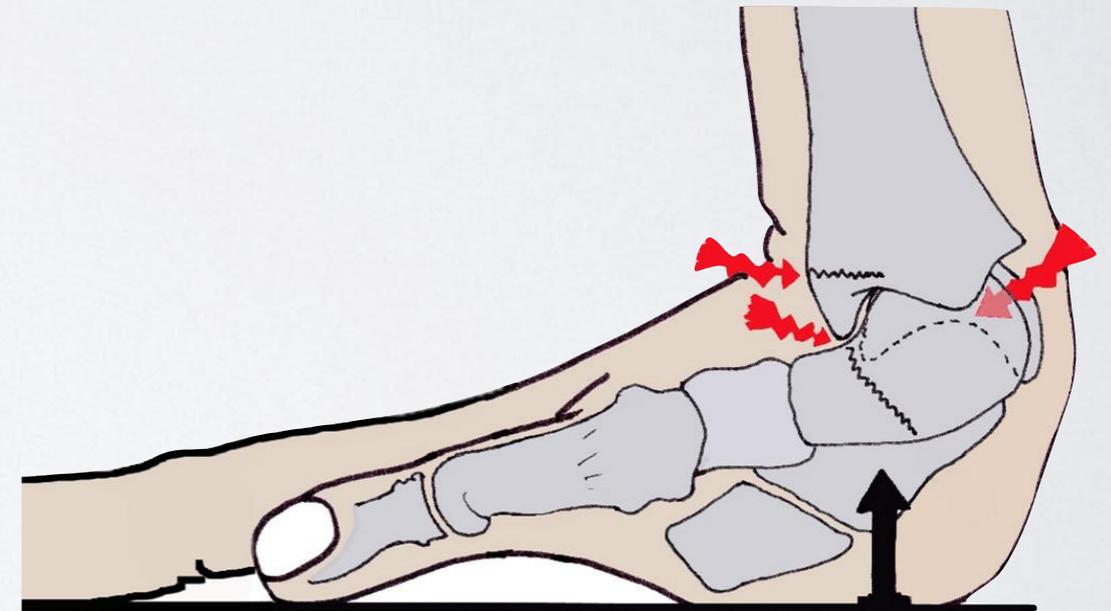
## **Fractures du scaphoïde** *Physiopathologie*

Mécanisme en extension / IR

Articulaires

Tendineuse  
s

Dystonies



# Pathologies du golf

Osseuse

Articulaires

Tendineuse

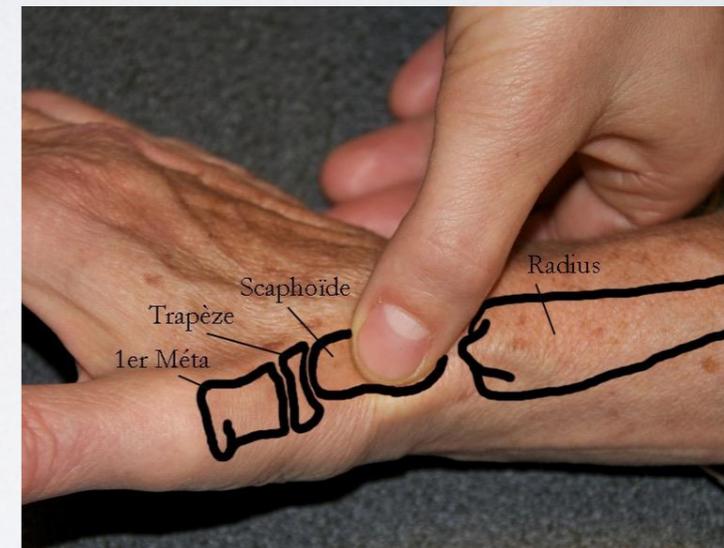
Dystonies

## **Fractures du scaphoïde** *Diagnostic*

Douleur tabatière = radios



Faux négatifs fréquents  
en 1ère intention



# Pathologies du golf

Osseuse  
s

## **Fractures du scaphoïde** *Orthèse*

Articulaires

Poignet en rectitude  
Pouce immobilisé (IP libre) ou pas...

Tendineuse  
s

Pas d'immobilisation  
systématique du coude

Dystonies



# Pathologies du golf

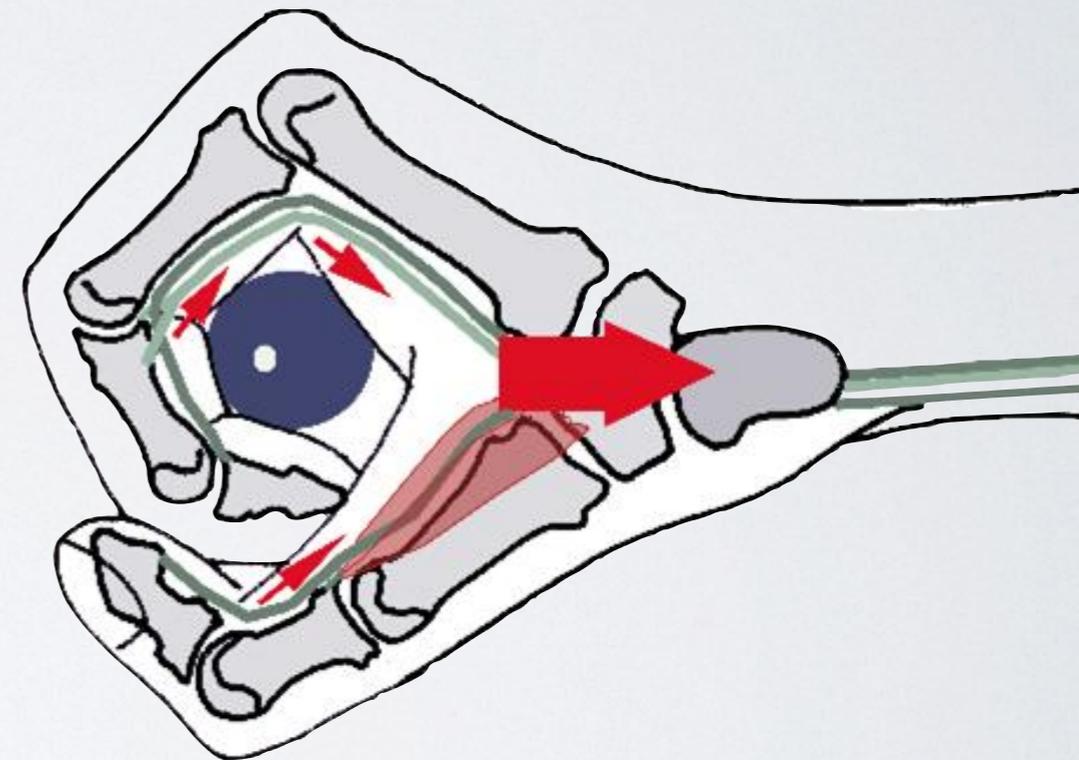
Osseuse  
s

## **Fractures de scaphoïde** *Rééducation*

Articulaires

Tendineuse  
s

Dystonies



# Pathologies du golf

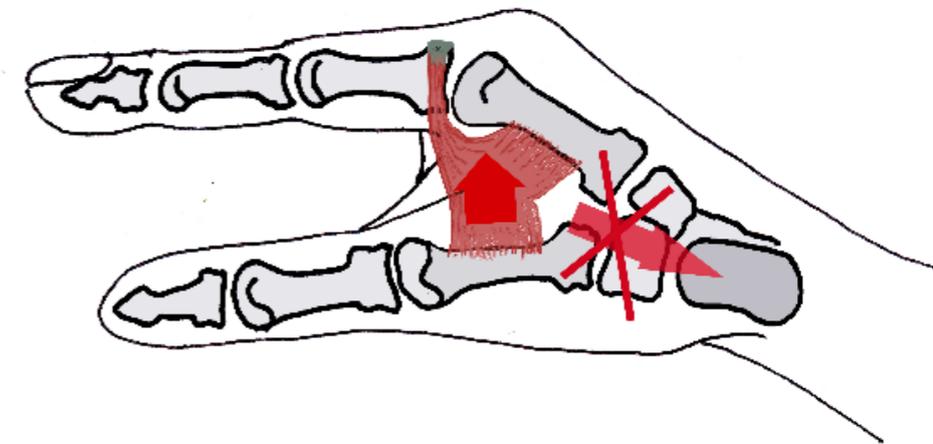
Osseuse  
s

## **Fractures de scaphoïde** *Rééducation*

Articulaires

Tendineuse  
s

Dystonies



# Pathologies du golf

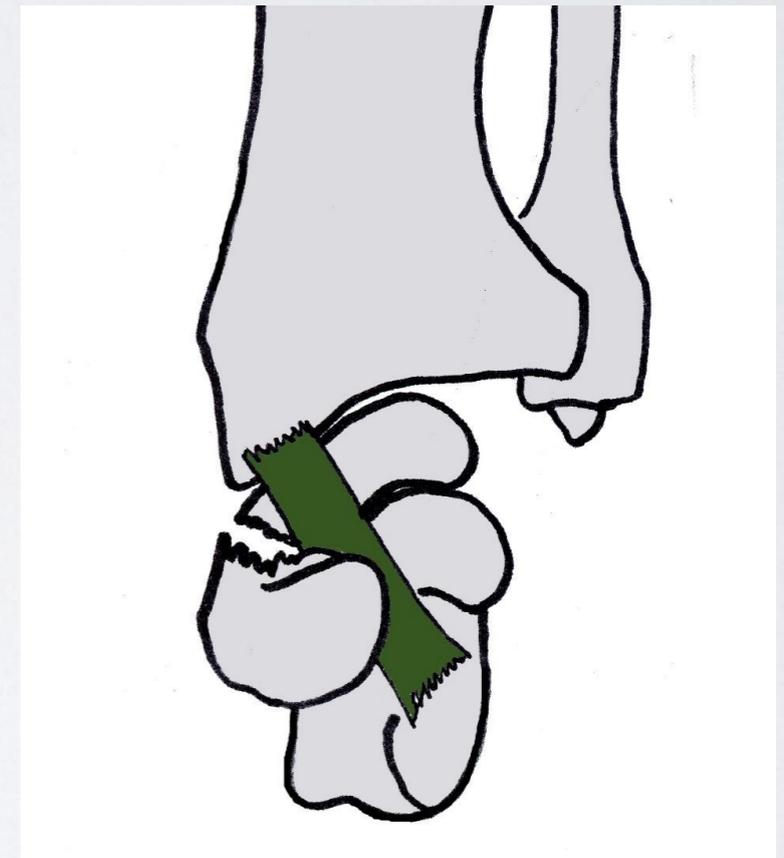
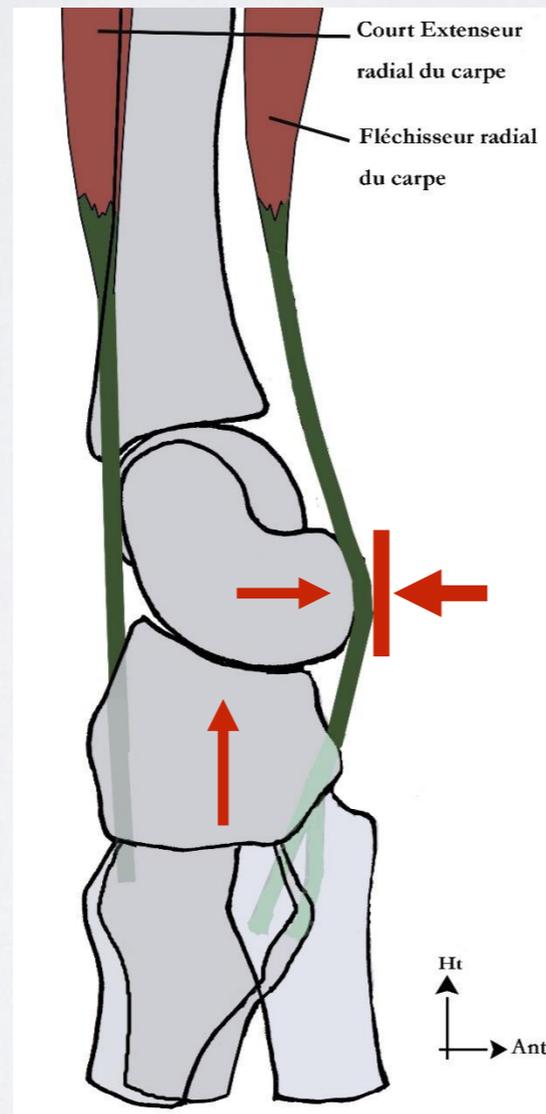
## Fractures de scaphoïde Rééducation

Osseuse  
s

Articulaires

Tendineuse  
s

Dystonies



# Pathologies du golf

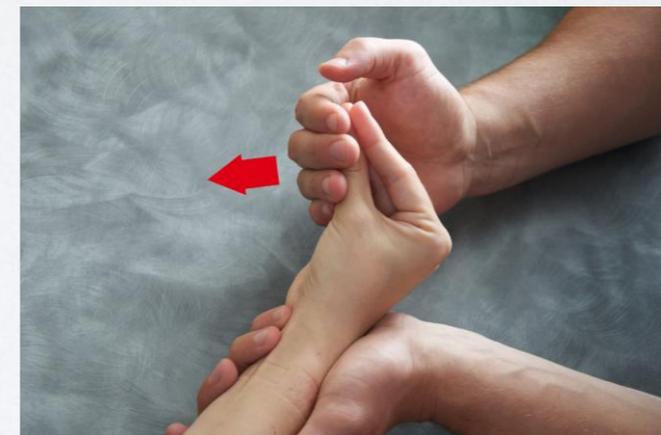
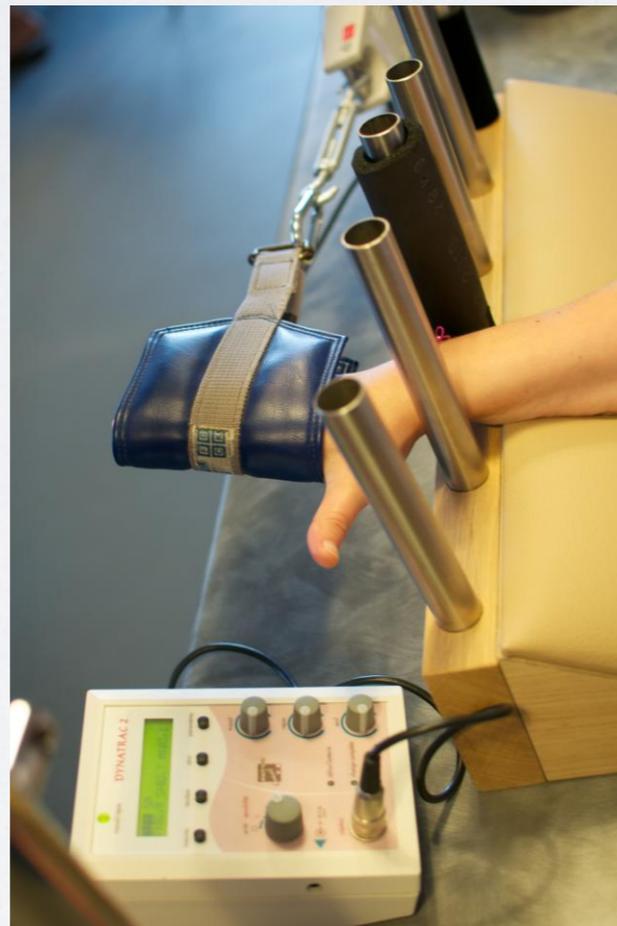
## *Fractures de scaphoïde* *Rééducation*

Osseuse  
s

Articulaires

Tendineuse  
s

Dystonies



G.Mesplié - Journées des  
sciences et de la médecine  
du sport 2016

# Pathologies du golf

Osseuse  
s

Articulaires

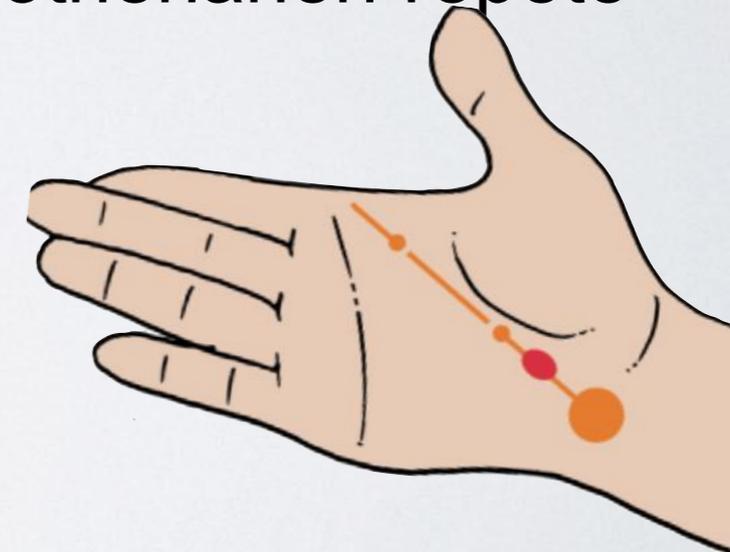
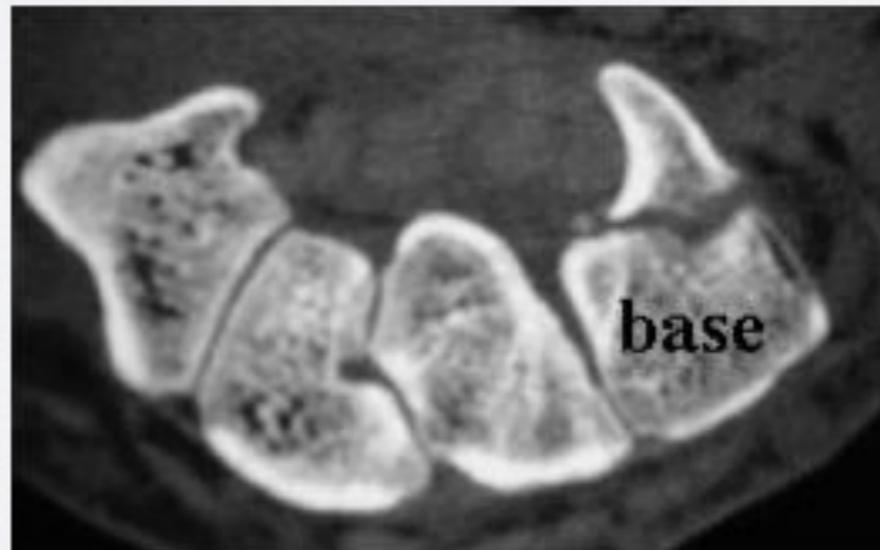
Tendineuse  
s

Dystonies

## *Fractures de l'uncus de l'hamatum*

Choc violent

Impact hypothénarien répété



# Pathologies du golf

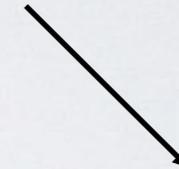
Osseuse  
s

Articulaires

Tendineuse  
s

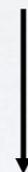
Dystonies

## ***Fractures de l'uncus de l'hamatum***



Passage n.ulnaire

Insertion opposant et  
court fléchisseur D5



Paresthésies ulnaires  
Test de Froment  
Signe de Wartenberg

# Pathologies du golf

Osseuse  
s

***Fractures de l'uncus de l'hamatum***  
*Lésion n.ulnaire ?*

Articulaires

Tendineuse  
s

Dystonies



**Test de Froment**

# Pathologies du golf

Osseuse  
s

Articulaires

Tendineuse  
s

Dystonies

## ***Fractures de l'uncus de l'hamatum*** ***Signe de Wartenberg***



# Pathologies du golf

Osseuse

s

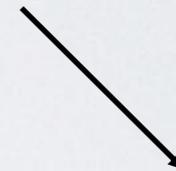
Articulaires

Tendineuse

s

Dystonies

## ***Pathologies articulaires***



**Instabilités carpiennes**  
(Souvent dans le cas de laxité importante)

**Entorses de la MP de D2**

# Pathologies du golf

## **Entorses intra-carpiennes** *Types d'instabilités*

Osseuse  
s

Articulaires

Tendineuse  
s

Dystonies

Physiologiquement

Radiologiquement



- Dissociatives
- Non dissociatives

- Statiques
- Dynamiques
- Pré-dynamiques

# Pathologies du golf

Osseuse

s

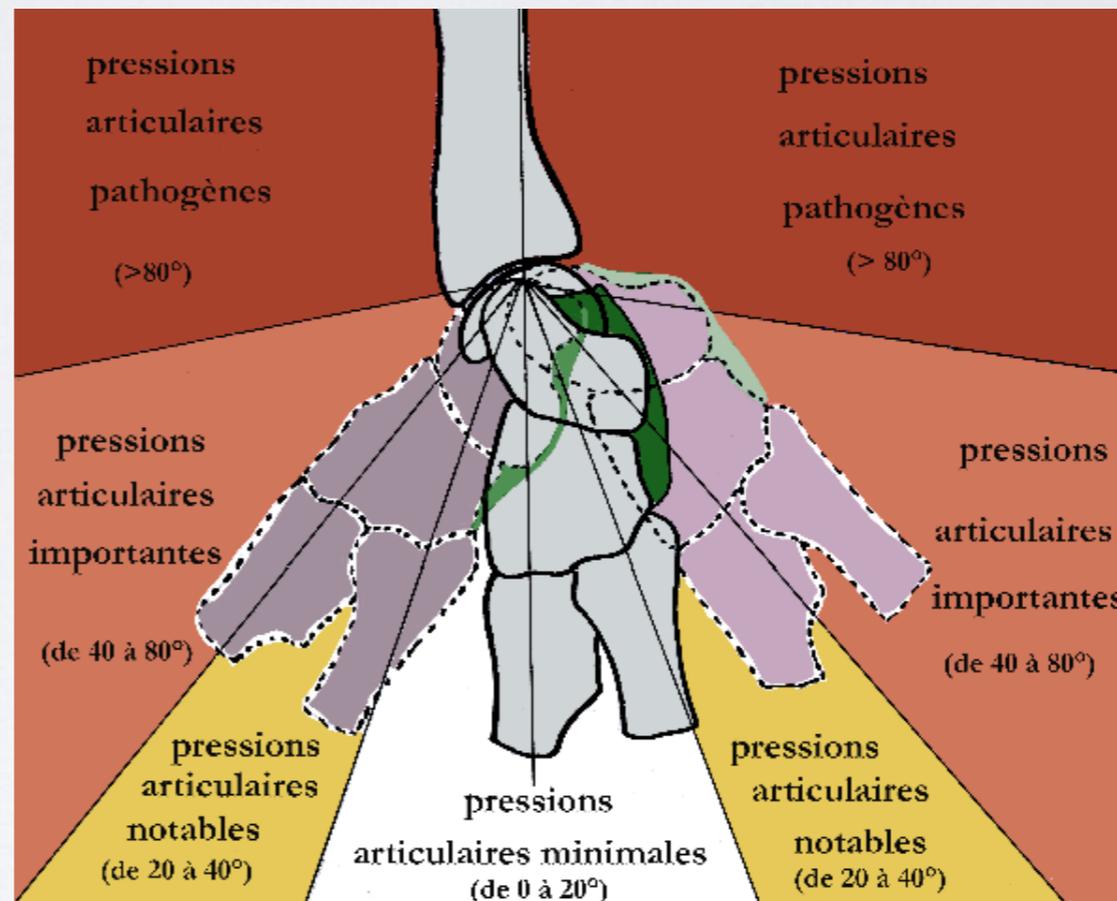
Articulaires

Tendineuse

s

Dystonies

## *Instabilités carpiennes*



Orthèse de repos...en rectitude

# Pathologies du golf

Osseuse

s

Articulaires

Tendineuse

s

Dystonies

## ***Entorses intra-carpiennes*** *Rééducation*

Muscles protecteurs et nocifs

SL protégé par  
muscles  
supinateurs du  
carpe

LT protégé par  
muscle pronateur  
du carpe

# Pathologies du golf

**Entorses intra-carpiennes**  
*Rééducation*

Proprioception

Osseuse  
s

Articulaires

Tendineuse  
s

Dystonies



# Pathologies du golf

Osseuse

s

Articulaires

Tendineuse

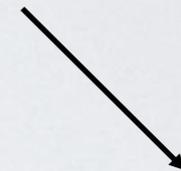
s

Dystonies

## ***Entorse MP de D2***



- Touchant le LLR  
(mvts de latéralité) et PP  
(hyperextension)



Pas d'immobilisation  
prolongée!  
Syndactylies le plus  
souvent



# Pathologies du golf

## Entorse MP de D2

Mise en tension ligamentaire (flexion - adduction si LLR)

Osseuse

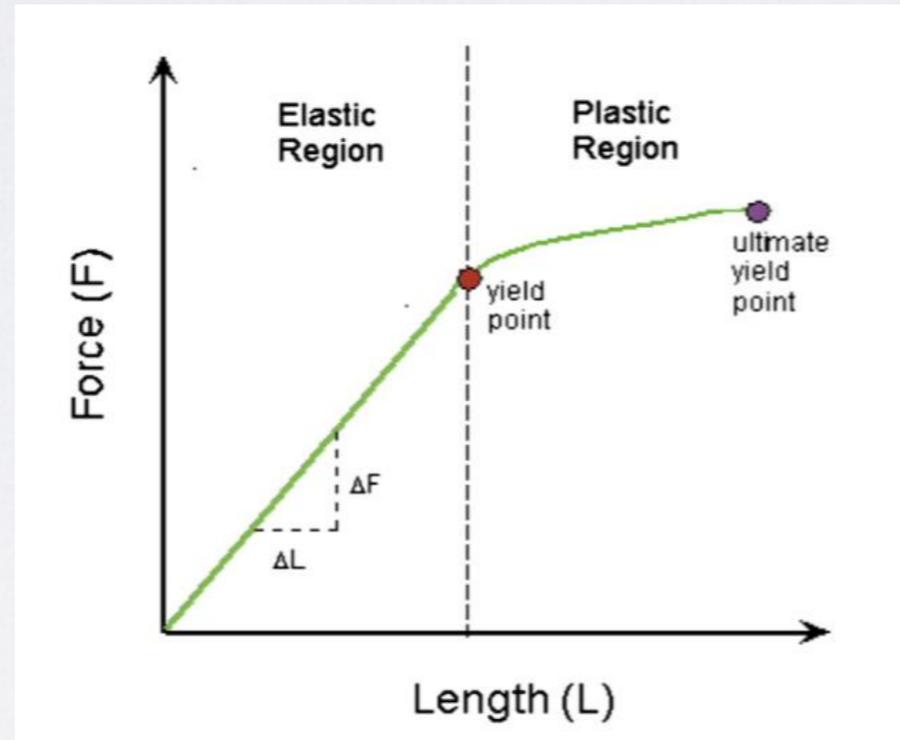
S

Articulaires

Tendineuse

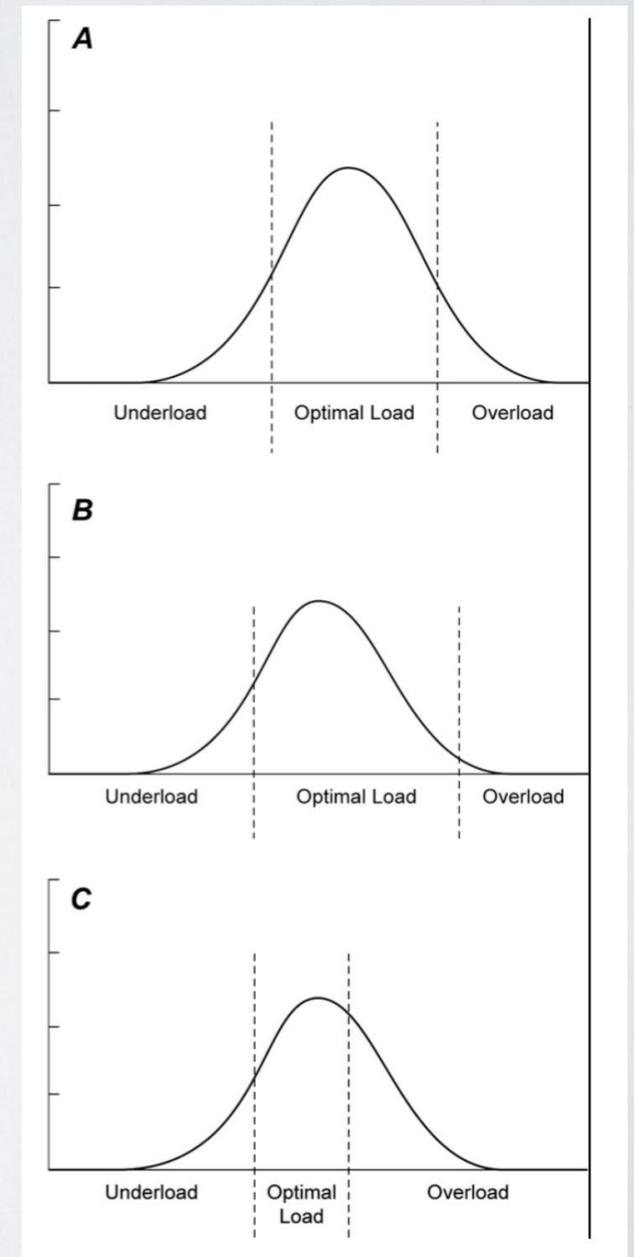
S

Dystonies



Zone élastique et plastique  
Tension optimale variable selon les patients

DOSAGE



# Pathologies du golf

Osseuse

s

Articulaires

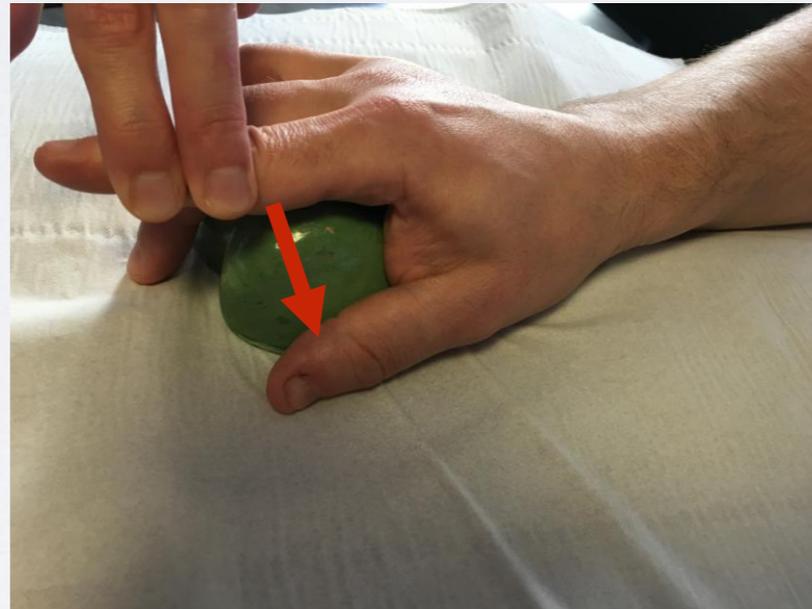
Tendineuse

s

Dystonies

## ***Entorse MP de D2***

Renforcement global et spécifique : 1er IOD



G.Mesplié - Journées des sciences et de la médecine du sport 2016

# Pathologies du golf

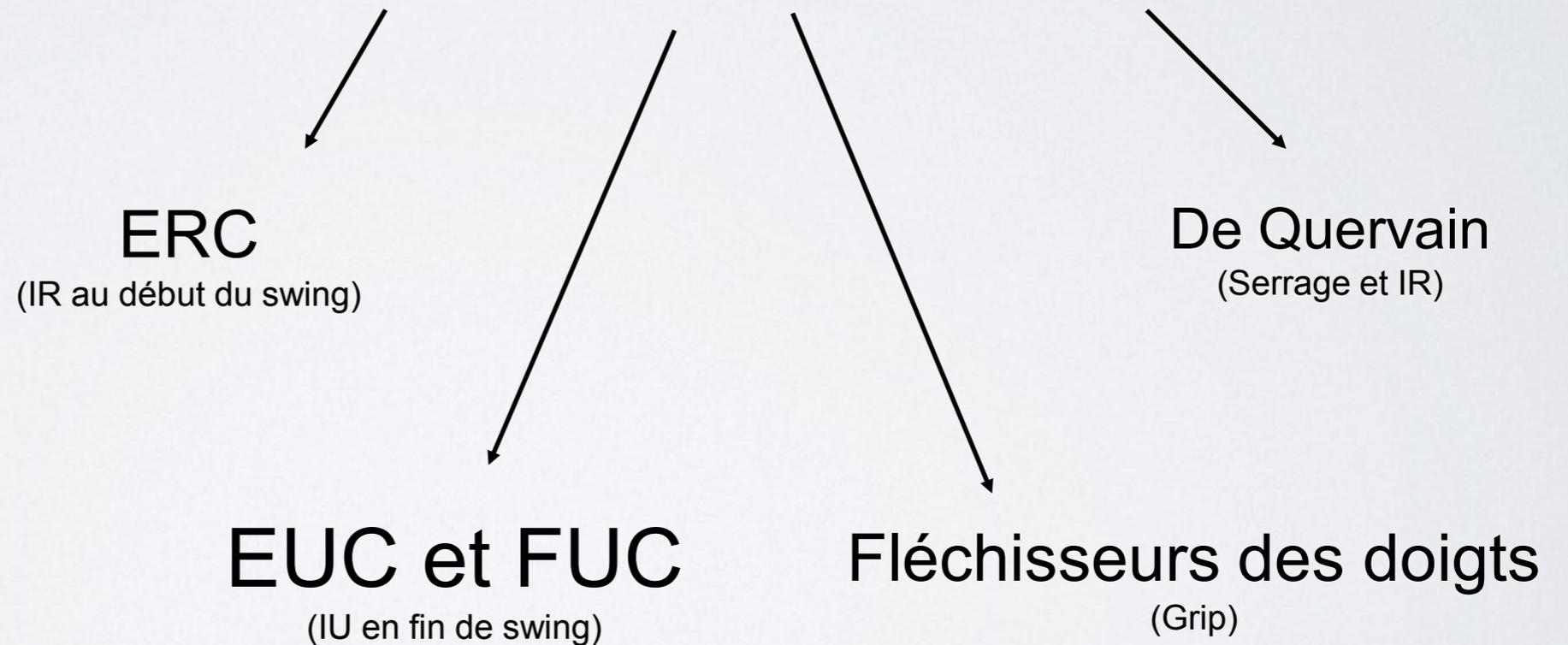
Osseuse  
s

Articulaires

Tendineuse  
s

Dystonies

## ***Tendinopathies***



# Pathologies du golf

Osseuse  
s

Articulaires

Tendineuse  
s

Dystonies

« *ite* » ou « *ose* » ?



Tendon dégénératif incapable de supporter les contraintes auxquelles il est soumis

Tendinopathie « réactive » avec oedème et hypervascularisation

*continuum*

# Pathologies du golf

Osseuse

s

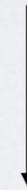
Articulaires

Tendineuse

s

Dystonies

« **ite(S)** »



- Orthèse de repos
- Physiothérapie et massages de drainage
- Infiltrations



# Pathologies du golf

Osseuse

s

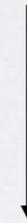
Articulaires

Tendineuse

s

Dystonies

**(tendin)« ose »**



Remise en charge du tendon  
(Ondes de choc, MTP, Stanish  
etc...)



Cook, J.L. and C.R. Purdam, *Is tendon pathology a continuum? A pathology model to explain the clinical presentation of load-induced tendinopathy*. Br J Sports Med, 2009. **43**(6): p. 409-16.

G.Mesplié - Journées des  
sciences et de la médecine  
du sport 2016

# Pathologies du golf

Osseuse

s

Articulaires

Tendineuse

s

Dystonies

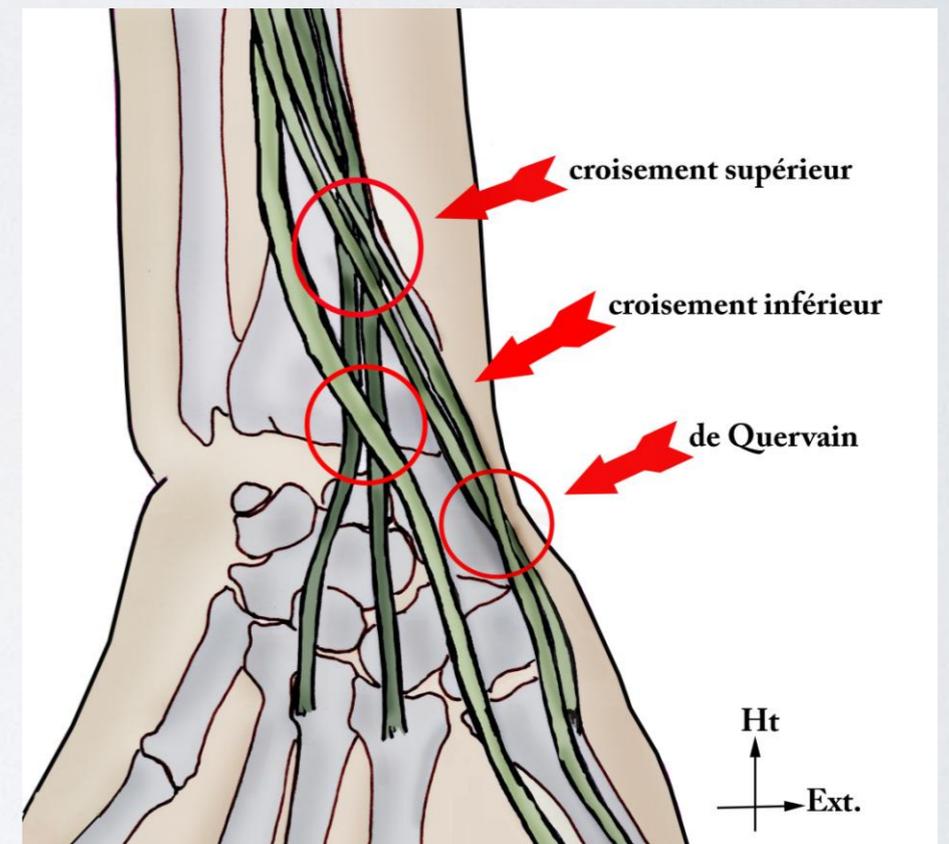
**De Quervain** = ténosynovite LAP et CE / 1ère coulisse



Syndrôme du croisement ?



Conflit radiaux - LEP  
et/ou LAP et CEP



# Pathologies du golf

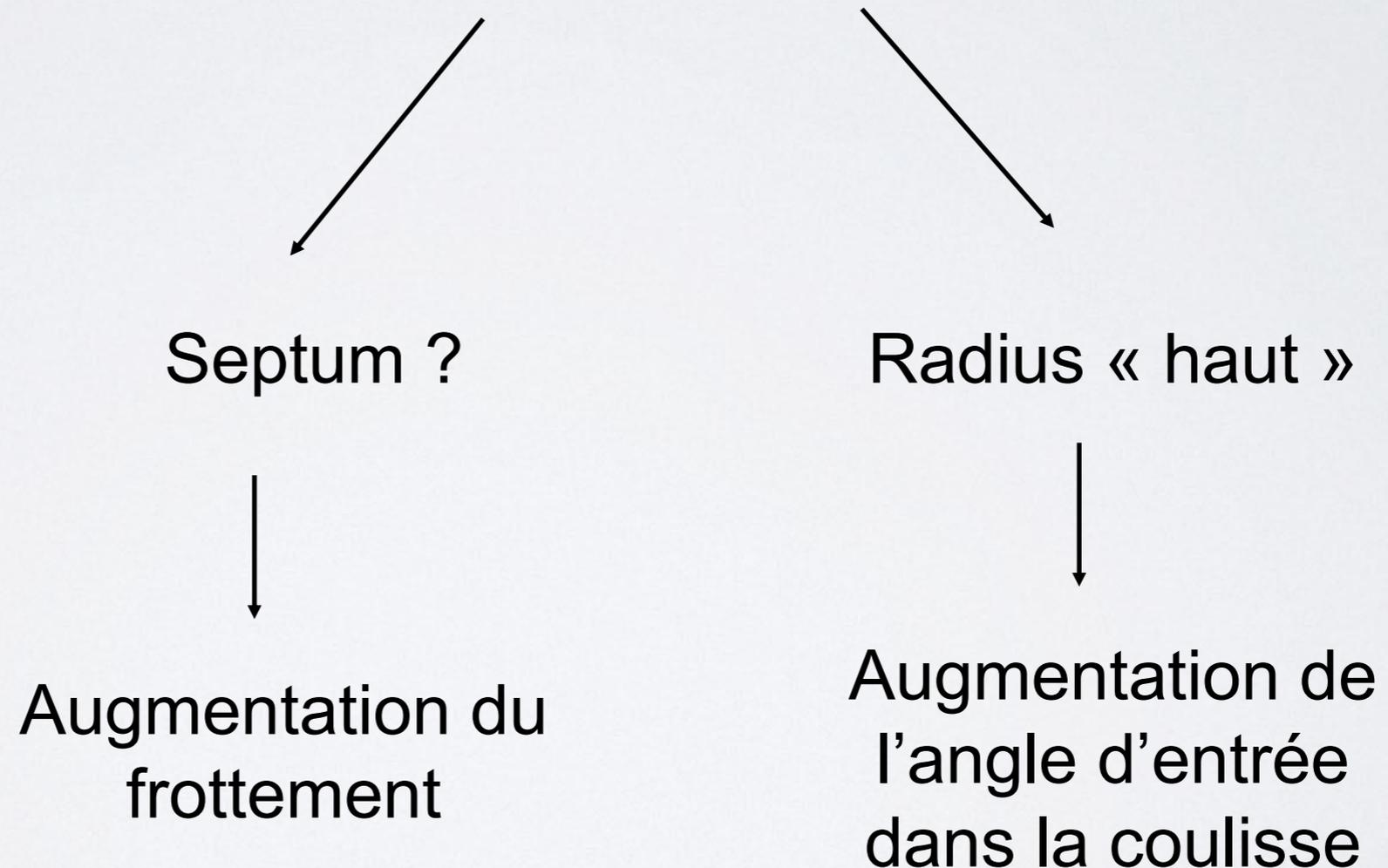
Osseuse  
s

Articulaires

Tendineuse  
s

Dystonies

## ***De Quervain : pathologie de surmenage ? Physiopathologie***



# Pathologies du golf

Osseuse  
s

Articulaires

Tendineuse  
s

Dystonies

## *De Quervain Orthèse*



Inclinaison radiale du poignet inutile

G.Mesplé - Journées des  
sciences et de la médecine  
du sport 2016

# Pathologies du golf

Osseuse

s

Articulaires

Tendineuse

s

Dystonies

## ***Extenseur ulnaire du carpe***

***Tendinopathie (ténopériostite) ou instabilité ?***



**Triade tendineuse**  
(Palpation, étirement et  
contraction résistée)



**Supination - IU**  
(douloureuse ou ressaut)

# Pathologies du golf

Osseuse

s

Articulaires

Tendineuse

s

Dystonies

## ***Extenseur ulnaire du carpe*** ***Diagnostic d'une instabilité***



Rouzaud, S - Pessac

Supination - IU  
(douloureuse ou ressaut)

# Pathologies du golf

Osseuse  
s

Articulaires

Tendineuse  
s

Dystonies

***EUC***  
***Orthèse***

**Ténopériostite**

- Extension
- IU

**Instabilité**

- Extension
- IR



# Pathologies du golf

Osseuse

s

Articulaires

Tendineuse

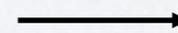
s

Dystonies

« **Yips** » : **Secousses ou gel  
du bras lors du putting**



Type 1 : Dystonie  
 focale du golfeur  
(Famille des « dystonies occupationnelles »)



Type 2 : Réponse à  
une situation de stress  
« chronique »

# Pathologies du golf

Osseuse

s

Articulaires

Tendineuse

s

Dystonies

## « *Yips* » Sémiologie

- Apparition en moyenne après 20 ans de pratique
  - 26 % des golfeurs
- 53,5 % pour les joueurs de bon niveau (handicap <12)

# Pathologies du golf

Osseuse

s

## « *Yips* » de type 1 *Traitement*

Articulaires

Tendineuse

s

Dystonies

- Imagerie motrice
- Travail proprioceptif et de feed-forward
  - Analyse de la gestuelle
- Rééquilibrage des ratio-musculaires
- Rééquilibrage des hyper-hypotonies

# CONCLUSION

Pathologies nombreuses  
Peu spécifiques

**Intérêt de la prévention (technique, préparation...)**



