

13. STRAPPING POUR ÉPICONDYLITE

DÉFINITION

Pose d'un dispositif souple d'immobilisation de l'avant-bras, afin de mettre au repos les muscles épicondyliens.

INDICATIONS

Épicondylite, en association avec le traitement anti-inflammatoire.

CONTRE-INDICATIONS

Plaie en regard de l'avant-bras.

MATÉRIEL

- Une paire de ciseau.
- Élastoplaste de 3 et de 6 cm.

TECHNIQUE EN 8 SÉQUENCES

1. En tout premier lieu, on pose sur l'avant-bras du patient de l'élastomousse. Celui-ci est posé de façon circulaire, de haut en bas sans tension excessive, on insistera sur la première commissure.

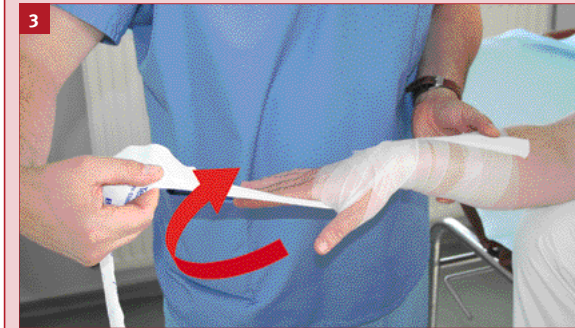


Strapping pour épicondylite

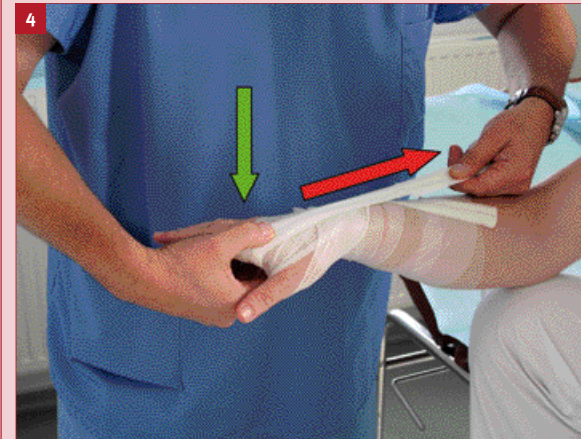
2. On débutera la pose de l'élastoplaste par les bandes de 3 cm. Il conviendra d'en préparer 4, d'une longueur de 30 centimètres. Il est indispensable de les étirer avant la pose, afin d'augmenter leur pouvoir de contention.



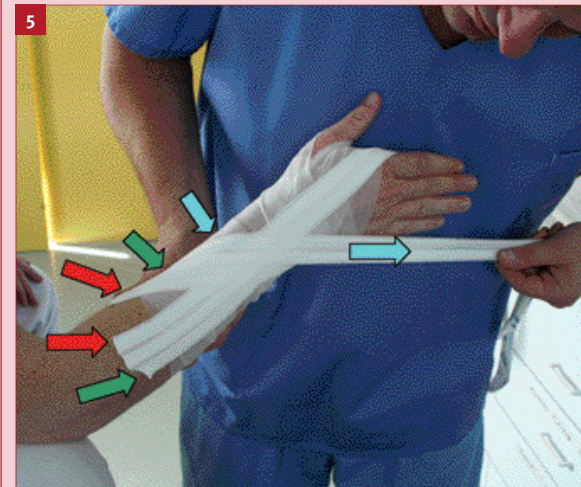
3. L'opérateur posera l'extrémité de la bande en regard du bord antéro-externe du coude du patient, la main étant en pronation, on se dirigera vers le bord cubital du poignet, puis on s'orientera en dedans vers la première commissure.



4. La bande sera tirée en haut et en dehors, pour faciliter la pose, le pouce de l'opérateur fixera le point de réflexion en regard de la deuxième métacarpo-phalangienne du patient.



5-6. On renouvellera cette opération avec deux autres bandes de 3 cm, afin de légèrement croiser les extrémités proximales et distales.



7. Une fois le poignet immobilisé par ces bandes, on fixe le tout par des bandes de 6 cm circulaires, qu'il ne faudra pas étirer avant la pose.



8. Résultat final.



TRUCS & ASTUCES



- Cette technique peut être proposée dans les épitrochléites.
Dans ce cas, il conviendra de poser les bandes de 3 cm sur le bord antéro-interne de coude, puis de se diriger en bas et en dehors vers la première commissure, afin d'induire une inclinaison cubitale.