



Hôpitaux de Lyon



ANATOMIE DU POIGNET

cours de DIU de pathologie du sportif

Vendredi 28 Mars 2014 séminaire de Lyon

Antoine MARC

INTRODUCTION

L'articulation du poignet: région anatomique où l'avant bras s'articule avec le carpe

poignet: région anatomique centrée par les os du carpe
8 os en 2 rangées de 4

une articulation radio ulnaire distale

une articulation supérieure ou radiocarpienne

une articulation inférieure ou médiocarpienne

L'articulation radio ulnaire distale

Os/ surfaces articulaires
Ligaments
muscles pronosupinateurs

L'ARTICULATION RADIO-CARPIENNE

Articulation condylienne: réunit la face inf de l'extrémité inf du radius et la face inf du disque articulaire (glène antébrachiale) à la rangée supérieure des os du carpe (condyle carpien): ++ scaphoïde et lunatum ; parfois triquetrum

La capsule articulaire est lâche et renforcée par de nombreux ligaments:

- ligaments collatéraux de chaque côté : ulnaire entre processus styloïde ulnaire et pisiforme en dedans; et radial entre processus styloïde radial et tubercule du scaphoïde en dehors
- ligament antérieur centré sur le capitatum et irradiant en deux faisceaux vers le haut: radiocarpien palmaire en dehors et ulnocarpien palmaire en dedans
- ligament dorsal: entre capitatum, triquetrum et radius sur la face postérieure du poignet

L'ARTICULATION MEDIOCARPIENNE

Unit les deux rangées des os du carpe
cavité articulaire en forme de S

partie radiale articulation entre le scaphoïde et le trapèze et trapézoïde par une arthrodièdre
partie ulnaire lunatum et triquetrum reposent sur l'hamatum et le capitatum selon une condylienne
capsule articulaire serrée en avant et plus lâche en arrière
les ligaments palmaires convergent vers le capitatum pour donner le ligament radié du carpe
les ligaments collatéraux descendent jusqu'au trapèze et à l'hamatum

MUSCLES ET REGION DU POIGNET

Le poignet: région limitée: face ventrale passage des tendons des muscles fléchisseurs et face dorsale à ceux des extenseurs

S'étend de part et d'autre du plan du processus styloïde radial, deux travers de doigt au dessus et deux travers de doigt en dessous

Face antérieure du poignet

Face inférieure formée par le retinaculum des fléchisseurs (tendu entre tubercules du scaphoïde et du trapèze en dehors et pisiforme et hamulus de l'hamatum en dedans)

Le plan superficiel sous cutané: veines et nerfs superficiels de l'avant bras

Le fascia antébrachial renforcé par des fibres formant une lame profonde reliée aux os de l'avant bras

En profondeur et de dehors en dedans :

- artère radiale et ses deux veines collatérales dans la gouttière du pouls radial entre tendon du muscle brachioradial s'insérant le processus styloïde radial en dehors, et le tendon du muscle fléchisseur radial du carpe dans sa gaine séreuse en dedans)
- le tendon du muscle long palmaire recouvre ici le nerf médian (vulnérable car superficiel) (le nerf médian est en avant du tendon fléchisseur superficiel de l'index et en dehors du tendon correspondant du 3ème doigt)
- sur le bord médial du poignet, le tendon du muscle fléchisseur ulnaire du carpe se termine sur le pisiforme dont la saillie est palpable sous la peau
 - au bord latéral de ce tendon: la gouttière ulnaire contenant artère et nerf
- le carré pronateur unit ici en profondeur radius, membrane interosseuse et ulna au dessus de l'articulation radio ulnaire distale

FACE DORSALE DU POIGNET

Os et tendons extenseurs sont sous cutanés

Tendons engainés au contact de l'extrémité inférieure du radius et de l'ulna

6 gaines séreuses (7_24 p199) qui forment des compartiments

2 gaines sur la face latérale du radius:

-les tendons du long abducteur et du court extenseur du pouce en avant

-les tendons du long et court extenseurs radiaux du carpe en arrière

4 gaines à la face postérieure: de dehors en dedans:

-le tendon du long extenseur du pouce; un tubercule dorsal puis

-les 4 tendons de l'extenseur commun des doigts, et le tendon extenseur propre de l'index

-le tendon extenseur propre du 5ème doigt

-le tendon de l'extenseur ulnaire du carpe se terminant sur l'os pisiforme

Tendons délimitent à la face dorsale de la main un espace important: la tabatière anatomique, par laquelle passe l'artère radiale

LA TABATIERE ANATOMIQUE

Creux triangulaire à la face dorsale de la racine du pouce entre les tendons du long abducteur et court extenseur du pouce en dehors et le tendon du long extenseur du pouce en dedans

Dans cet espace à la face dorsale du scaphoïde et du trapèze passent les tendons des deux extenseurs radiaux du carpe et l'artère radiale

Le canal carpien

Ligaments extrinsèques et intrinsèques du poignet

le TFCC

les ligaments intrinsèques du carpe

