

Maladies et lésions

Syndrome du marteau hypothénarien

Sur cette page

[Qu'est-ce que le syndrome du marteau hypothénarien?](#)

[Comment traite-t-on le syndrome du marteau hypothénarien?](#)

[Quels sont les symptômes du syndrome du marteau hypothénarien?](#)

[Comment prévient-on le syndrome du marteau hypothénarien?](#)

[Comment reconnaît-on le syndrome du marteau hypothénarien?](#)

Qu'est-ce que le syndrome du marteau hypothénarien?

Le syndrome du marteau hypothénarien est une affection de la main qui entraîne une réduction du débit sanguin vers les doigts. Le terme « hypothénar » désigne le groupe de muscles qui contrôlent les mouvements du petit doigt. Certains de ces muscles forment la partie charnue de la paume (éminence hypothénar). Le syndrome se manifeste lorsque les travailleurs utilisent de façon répétitive la paume de la main (en particulier l'éminence hypothénar) en guise de marteau pour écraser, presser ou tordre des objets lourds. De tels mouvements peuvent porter atteinte à certains vaisseaux sanguins de la main, en particulier l'artère cubitale. Celle-ci traverse la région hypothénarienne de la paume et apporte le sang vers les doigts. Des lésions à l'artère cubitale entraînent une réduction du débit sanguin vers les doigts. Il arrive parfois qu'une seule période importante d'utilisation de la paume en guise de marteau entraîne le syndrome du marteau hypothénarien.

Le syndrome du marteau hypothénarien est généralement observé chez l'homme ayant en moyenne 40 ans. Les travailleurs les plus à risque comprennent les mécaniciens d'automobile, les travailleurs du secteur métallurgique, les opérateurs de tour, les mineurs, les machinistes, les bouchers, les boulangers, les charpentiers en bois et les briqueteurs. Les travailleurs qui utilisent des outils vibrants sont eux aussi susceptibles de développer le syndrome du marteau hypothénarien. Ce syndrome peut également être attribuable à certaines activités sportives telles que le karaté, le base-ball, le vélo de montagne, le golf, le tennis, le hockey, le hand-ball, le ballon-volant, le badminton, le break dancing et l'haltérophilie.

Quels sont les symptômes du syndrome du marteau hypothénarien?

Le syndrome du marteau hypothénarien se manifeste par une douleur au niveau de l'éminence hypothénar et de l'annulaire, des picotements (paresthésie), une perte de sensibilité, une diminution de la force musculaire de la main et une difficulté à tenir des objets lourds dans la main atteinte. Les doigts deviennent en outre sensibles au froid et changent de couleur (ils peuvent blanchir ou devenir bleus).

Comment reconnaît-on le syndrome du marteau hypothénarien?

Le diagnostic du syndrome du marteau hypothénarien est fondé sur les symptômes et les antécédents médicaux et professionnels du sujet. Il est confirmé par des tests mettant en évidence une obstruction des vaisseaux sanguins.

Comment traite-t-on le syndrome du marteau hypothénarien?

Pour traiter le syndrome du marteau hypothénarien, on recommandera d'abord aux personnes atteintes d'éviter les mouvements qui en sont la cause. On peut également leur suggérer d'arrêter le tabagisme (fumer nuit à la circulation sanguine), de porter des gants de protection coussinés et d'éviter le froid. Certains médicaments peuvent aussi aider à rétablir l'apport sanguin. Dans certains cas, une intervention chirurgicale peut être nécessaire.

Comment prévient-on le syndrome du marteau hypothénarien?

Il importe de se renseigner sur les causes et les symptômes du syndrome du marteau hypothénarien. La prévention doit commencer par l'amélioration des méthodes de travail. Les travailleurs doivent éviter d'utiliser la paume de la main en guise de marteau pour cogner, marteler, presser, écraser, pousser ou visser des objets durs. Les outils à percussion qui causent des vibrations dans la paume de la main peuvent également présenter un risque, y compris les débroussailleuses, les fraiseuses, les meuleuses et les rectifieuses, les marteaux-piqueurs, les scies, les clés à écrou, les pinces, etc. Dans certains cas, le syndrome hypothénarien est lié à l'utilisation d'outils dont la poignée exerce une pression dans la paume de la main.

Les travailleurs doivent utiliser des outils bien entretenus de manière à réduire les vibrations. Ils devraient également changer de tâche ou mettre leurs mains au repos à intervalles réguliers et porter des gants coussinés lorsqu'ils travaillent afin d'éviter d'exposer la paume de la main à un traumatisme excessif.

Il ne faut jamais utiliser la paume de la main pour frapper sur un objet ou un outil. Il convient également d'éviter d'avoir recours à une force excessive pour tenir des objets dans la main.

Date de la dernière modification de la fiche d'information : 2024-03-20

Avertissement

Bien que le CCHST s'efforce d'assurer l'exactitude, la mise à jour et l'exhaustivité de l'information, il ne peut garantir, déclarer ou promettre que les renseignements fournis sont valables, exacts ou à jour. Le CCHST ne saurait être tenu responsable d'une perte ou d'une revendication quelconque pouvant découler directement ou indirectement de l'utilisation de cette information.