



TRAITEMENT CONSERVATEUR

CASSÉ MAIS **PAS DÉPLACÉ**



Attelle sur-mesure ou plâtre pendant 6 semaines avec doigts **LIBRES**

Le patient peut (et **DOIT**) lui-même ouvrir et fermer sa main et bouger activement son épaule et son coude librement

Application de glace 10-15 min (4-5 fois par jour)



OPÉRATION

L'OS EST CASSÉ ET **DÉPLACÉ**



Le chirurgien aligne les fragments et les stabilise entre eux grâce à une plaque
Port d'une attelle non systématique

Commencement rapide de la rééducation Kiné selon ordonnance du médecin

Application de glace 10-15 min (4-5 fois par jour)



PAS DE SERRAGE DE BALLE, PAS D'APPUIS AVANT 2 MOIS, NE PAS FORCER SUR LES AMPLITUDES AVANT 6 SEMAINES, PAS DE RENFORCEMENT AVANT 2 MOIS, REPRISE SPORTIVE 3 MOIS



KINÉSITHÉRAPIE 2 À 3 X / SEMAINE

Mobilisation des os, du poignet en passif et actif

Exercices effectués au cabinet et à répéter à domicile

Travail de la cicatrice et du gonflement si besoin

Récupération progressive tout en respectant la douleur

En général le patient récupère la mobilité de son poignet entre 2 et 4 mois et la force revient progressivement

