



Le terme "**tendinite**" désigne l'inflammation d'un ou plusieurs tendons. La tendinite de De Quervain concerne des tendons visant à étendre le **pouce**. A leur passage au niveau du poignet, ils sont entourés d'une **gaine tendineuse** et sont maintenus dans un **tunnel fibreux**. Suite à des mouvements répétés du pouce, les tendons et leurs gaines peuvent s'enflammer, entraînant un conflit à leur passage dans le tunnel fibreux qui est **inextensible**.

Cela se traduit cliniquement par un gonflement et des douleurs au poignet à la mobilisation du pouce.

La tendinite de De Quervain est relativement fréquente chez les jeunes parents amenés à porter quotidiennement leur enfant ainsi que chez les femmes aux alentours de la cinquantaine qui effectuent un travail nécessitant l'usage répété du pouce. Le diagnostic est confirmé par une **échographie**.



Le traitement est surtout médical. Il associe l'arrêt des activités favorisant les douleurs, la prise d'anti-inflammatoires oraux et locaux, le port d'une attelle la nuit et lors des activités soutenues, et des séances de kinésithérapie.

Après un délai de 6 à 18 mois, si les symptômes ne s'amendent pas malgré un traitement médical bien suivi, une opération est préconisée. Elle consiste à **sectionner la paroi du tunnel fibreux** afin de lever le conflit avec les tendons du pouce.