

Titre : « Le poignet du surfeur »

Auteur(s) : Dr Marc-Hervé BINET

Date : mai 1997

Cadre : Communication – ISSS mai 1997 – Canada - Withler



La traumatologie du surf est dominée par les lésions du poignet, en particulier les fractures de l'extrémité inférieure du radius. Chez le débutant cette lésion est particulièrement fréquente.

Matériel et méthodes

Le réseau de surveillance du risque à ski de Médecins de montagne a étudié pendant la saison 1995-96, 2832 accidents de surf.

Ce réseau est constitué de 70 médecins, répartis dans 52 stations de sport d'hiver. Il fonctionne depuis 1990.

Une étude descriptive précise de la pathologie traumatique du poignet du surfeur est possible. Parmi ces 2832 blessés, un échantillon de 1409 accidents a été isolé dans douze stations des Alpes, homogène par rapport à un échantillon témoin étudié pendant la même période.

L'influence du niveau de pratique, du type de matériel, du sexe et de l'âge est à prendre en compte.

Résultats

Répartition globale des lésions par rapport au ski alpin :

Toute lésion confondue, le membre inférieur est plus touché en ski alpin. Au contraire le surf présente 48,7% des lésions au niveau du membre supérieur, 34,4% au niveau du membre inférieur.

Répartition des lésions au niveau du membre supérieur :

Le poignet et le carpe rassemblent 48,66% des lésions du membre supérieur, loin devant l'épaule 20,45% et le coude 6,8%.

Les 671 lésions du poignet et du carpe représentent 23,7% du total des lésions chez le surfeur dans notre série. Cela représente la localisation privilégiée de la traumatologie du surfeur.

L'analyse spécifique de ces lésions du poignet en fonction des différents facteurs susceptibles d'influer sur leurs survenues montre une très grande dépendance de ce facteur.

Description des lésions du poignet et du carpe

Nous avons observé : - 154 entorses du poignet et du carpe, 11,17% du total des lésions.

- 446 fractures du poignet, dont 335 de l'extrémité inférieure du radius, 15,7% du total des lésions.

- 33 fractures du carpe dont 22 scaphoïdes.

Les fractures et les entorses du poignet en fonction du niveau de pratique :

Dans l'étude cas-témoin de 1409 blessés en surf rapportés à 2483 témoins, nous avons constaté que le facteur niveau de pratique occulte les autres facteurs, comme le sexe, l'âge ou le matériel.

Dans cette série 60% des surfeurs victimes d'une entorse du poignet et 67% des victimes de fractures du poignet et du carpe sont des débutants de moins de sept jours de pratique alors que nous avons 25% de débutants dans la population témoin. A l'inverse nous observons chez les surfeurs confirmés 8,6% d'entorses et 6,25% de fractures du poignet pour un témoin à 43%. Dans la catégorie intermédiaire du surfeur expérimenté, les proportions de blessés sont identiques.

Conclusion

Les lésions du poignet chez le débutant en surf, en particulier les fractures de l'extrémité inférieure du radius sont typiques de ce sport, comme peut l'être la rupture du LCA chez la femme en ski alpin.

La prévention de ce type de lésion doit passer par une technique d'apprentissage éprouvée. Le passage dans une école de ski semble plus que jamais conseillé. De même le développement d'un matériel de protection, gant avec armature, peut contribuer à la protection du poignet.