

## L'ostéopathie pour tous

En lisant le contenu du site vous pourrez vous rendre compte que l'ostéopathie s'adresse à toute personne souffrant d'une dysfonction musculo-articulaire et/ou tissulaire en général.

- Les douleurs vertébrales représentent une grande majorité des motifs de consultation
- Les patients de tout âge peuvent être traités par un ostéopathe
- Les bébés , les enfants en bas âge et les personnes âgées seront soignés avec des techniques adaptées à leur âge et morphologie.
- **Le bien-être et l'équilibre mental participent également et largement à une bonne santé.**

[www.osteopourtous.be](http://www.osteopourtous.be)



## Mon parcours

- Kinésithérapeute en 1987
- Ostéopathe D.O. en 1992
- Ostéopathe du Sport
- Nutrithérapeute diplômé du Cerdan
- Administrateur UBO-SMO

### Me contacter

Téléphone : 0032475 436 547  
E-mail : [wilkin.osteoskynet.be](mailto:wilkin.osteoskynet.be)  
Web : [www.osteopourtous.be](http://www.osteopourtous.be)



envie

François Wilkin  
Ostéopathe D.O.  
Chemin des Postes 219 bte2  
1410 Waterloo  
Belgique



## Fiche santé n°26 ©

### L'épicondylite

- **Rappel anatomique**
- **Pourquoi une épicondylite ?**
- **Examens**
- **Symptômes**
- **Traitements**

François Wilkin  
Ostéopathe D.O.

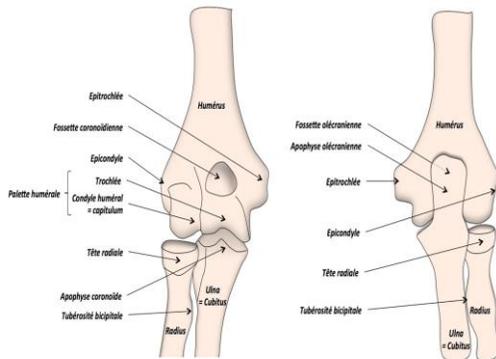
Chemin des Postes 219

1410 Waterloo

*La marche, l'exercice et la respiration*

## RAPPEL ANATOMIQUE

### Le coude



### Anatomie radiologique



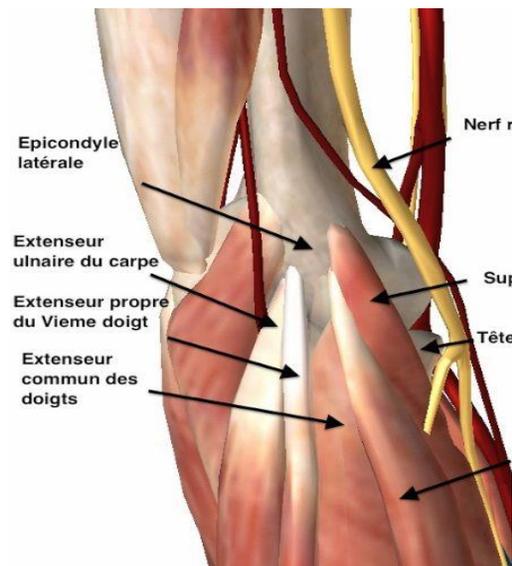
## Causes

L'épicondylite est douloureuse et se déclare dans les suites d'un traumatisme ou en cas d'effort répétés de l'avant-bras. Cela peut être conséquent à la pratique d'un sport, mais également dans le cadre d'une profession, d'un loisir comme le jardinage, ou des gestes du quotidien

## Symptômes

Au cours d'une épicondylite du coude, apparaissent une douleur vive située à l'extérieur du coude, qui peut remonter sur le bras, des mouvements limités par la douleur qu'ils génèrent et une douleur survenant à la palpation au niveau de la partie latérale du coude.

## MUSCLES EXTENSEURS TOUCHES



## DEFINITION

L'épicondyle (ou tennis elbow) désigne une saillie osseuse situés à proximité d'un condyle, partie arrondie située au niveau d'une surface articulaire. L'épicondyle le plus connu est celui situé au niveau du coude, à la partie latérale de l'humérus. A ce niveau, s'insèrent des tendons de muscles de l'avant-bras qui peuvent s'enflammer et être responsables de douleurs : on parle alors d'épicondylite. Ce phénomène est provoqué par des mouvements répétés et des contractions répétitives des muscles situés à l'intérieur de l'avant-bras. Les activités sportives qui obligent notamment à tordre la main, le poignet et l'avant-bras, comme le bowling, le golf ou parfois le ski, sont à l'origine des épicondylites du coude. Le tennis en est même un exemple typique puisque l'on parle parfois de « tennis elbow » pour parler d'épicondylite. A noter qu'il existe une symptomatologie identique lorsque l'inflammation concerne le tendon passant au niveau du condyle médial du coude, et l'on parle dans ce cas d'épitrochléite.

### Epicondylite

