

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



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

Web : 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.

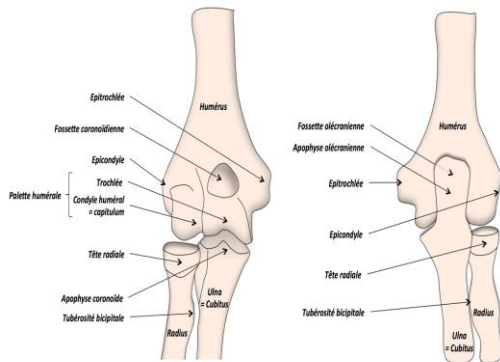
Chemin des Postes 219

1410 Waterloo

*La marche, l'exercice et la
respiration*

RAPPEL ANATOMIQUE

Le coude



Anatomie radiologique



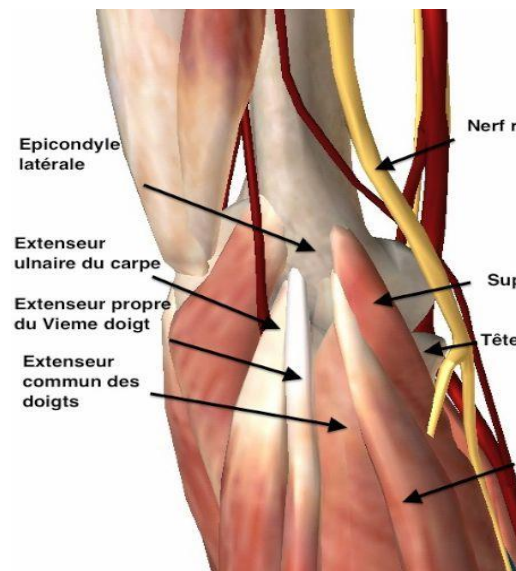
Causes

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.

