

INFORMATIONS DESTINÉES AU PATIENT

Kyste du poignet

Vous allez bénéficier prochainement d'une exérèse de kyste du poignet. Vous trouverez ci-dessous les informations médicales et pratiques relatives à cette intervention.

Qu'est-ce qu'un kyste du poignet ?

Il s'agit d'une petite poche remplie de liquide synovial (gélatineux), qui se développe le plus souvent au dos du poignet, parfois à sa face palmaire ou à la base d'un doigt. Ce liquide provient d'une articulation ou d'une gaine tendineuse voisine. Le kyste peut varier de volume dans le temps, parfois disparaître puis réapparaître. Il est le plus souvent indolore, mais peut occasionner une gêne esthétique, une sensation de tension ou des douleurs à la mobilisation, selon sa localisation.

Quels sont les traitements possibles ?

L'abstention est possible lorsque le kyste n'est pas gênant, car il reste bénin et sans danger. La ponction, associée ou non à une infiltration, peut le vider transitoirement, mais les récurrences sont fréquentes. La chirurgie, consistant à retirer le kyste et sa base d'implantation, reste le traitement le plus efficace en cas de gêne persistante ou de récurrences répétées.

Comment se passe l'intervention ?

Le jour de l'intervention, vous emmènerez avec vous les différents documents médicaux à faire remplir par votre chirurgien, et aurez suivi les consignes données en consultation pré-opératoire d'anesthésie concernant l'alimentation au déjeuner (à jeûn strict, jus de pommes, etc). Les mains seront propres, les ongles coupés, les ongles non naturels retirés de la main à opérer.

Vous vous présenterez directement aux admissions de l'hôpital de jour à Notre Dame — bloc G5, ou aux admissions à l'IMTR (ensuite à l'Hôpital de semaine — IA1). Vous serez ensuite préparé(e) et conduit(e) au bloc opératoire.

L'intervention chirurgicale se déroule en salle d'opération, après avoir endormi votre avant-bras. Une sédation en complément est parfois réalisée. La durée de l'intervention est de 15 à 20 minutes. L'incision se situe en regard du kyste. L'opération consiste à retirer le kyste ainsi que son pédicule d'origine, le plus souvent articulaire. Les fils placés sont résorbables et un pansement sera habituellement appliqué en fin d'intervention.

Vous pourrez quitter l'hôpital après avoir vérifié être en possession de tous les documents cochés sur la feuille, ainsi que la date de votre rendez-vous.

Et après ? Quelle convalescence ?

La mobilisation du poignet et des doigts est encouragée rapidement après l'intervention. Une gêne sur la cicatrice est habituelle les premières semaines. L'incapacité de travail oscille généralement entre quelques jours et 3 semaines selon votre profession.

Quelles sont les complications ?

Comme toute chirurgie, il en existe, mais elles sont peu fréquentes (moins de 10 %) :

- La récurrence du kyste — possible, mais généralement moins fréquente qu'après une simple ponction.
- La raideur ou une perte de mobilité temporaire du poignet.
- L'hématome ou l'infection.
- Le Syndrome Dououreux Régional Complexe (algodystrophie) : une réaction inflammatoire disproportionnée de l'organisme, avec douleurs anormales et notamment un enraidissement des articulations. L'évolution dure plusieurs mois, habituellement favorable.