



Luxation du coude

paru le 28/02/2022 • adapté au contexte belge francophone • dernière adaptation de contenu le 14/04/2022 • dernière vérification de mise à jour le 03/11/2021

Un guide-patient est un outil réalisé pour vous aider à faire des choix pour votre santé. Il vous propose des informations basées sur la recherche scientifique. Il vous explique ce que vous pouvez faire pour améliorer votre santé ou ce que les professionnels peuvent vous proposer lors d'une consultation. Bonne lecture !

De quoi s'agit-il ?

L'articulation du coude

L'articulation du coude est formée par 3 os :

- l'os du bras (humérus) au-dessus,
- les 2 os de l'avant-bras (radius et cubitus (ulna)) en-dessous.

Elle est entourée d'une capsule articulaire résistante et renforcée par des ligaments.

La luxation du coude

L'articulation du coude peut se déboîter. Cela s'appelle une luxation.

- La capsule articulaire et les ligaments s'allongent ou se déchirent.
- Les os de l'avant-bras ne sont plus soutenus par la capsule.
- Les nerfs et les vaisseaux sanguins risquent de s'abîmer ;
- La luxation est souvent accompagnée d'une fracture d'un ou plusieurs os.

Qu'est-ce qui cause une luxation du coude ?

Le plus souvent, c'est un traumatisme qui cause une luxation du coude, généralement une chute sur le bras tendu ou un choc important à l'arrière du coude.

Comment reconnaître une luxation du coude ?

- Le coude est déformé et on peut voir les os déplacés à l'arrière.
- L'avant-bras peut être plus court.
- Vous avez mal.
- Vous ne pouvez presque plus bouger le coude.
- Vous ne pouvez pas plier ou tendre le coude complètement.

Votre coude peut gonfler après un certain temps.

Comment votre médecin pose-t-il le diagnostic ?

Votre médecin peut généralement poser le diagnostic de luxation du coude en examinant votre coude.

Une radiographie du coude est nécessaire pour vérifier qu'il n'y a pas de fracture.

Que pouvez-vous faire?

- Essayez de ne pas toucher à votre coude.
- Mettez votre bras dans une écharpe pour le soutenir.

Allez tout de suite chez votre médecin. Si votre coude est déformé, allez tout de suite à l'hôpital.

Que peut faire votre médecin ?

Si vous avez une fracture au niveau du coude, votre médecin vous enverra à l'hôpital. Une opération sera peut-être nécessaire.

Si vous avez une luxation sans fracture, votre médecin remettra les os en place manuellement. Ensuite, vous passerez une radiographie pour vérifier que tout est bien en place.

Vous devrez éviter de bouger votre coude. Pour cela, vous devrez immobiliser votre bras dans une écharpe de soutien ou dans une attelle. C'est la période d'immobilisation. Elle dure 3 semaines.

Pour éviter que le coude s'enraidisse rapidement, votre médecin vous prescrira des exercices de mobilisation sous la supervision d'un kinésithérapeute. Vous passerez une radiographie de contrôle après 1 à 3 semaines.

Que pouvez-vous faire avec votre kinésithérapeute ?

Votre kinésithérapeute peut vous accompagner

- pendant la période d'immobilisation : c'est la période pendant laquelle vous devez éviter d'utiliser la partie de votre corps où se trouve la fracture ou la luxation ;
- pendant la période de rééducation.

Période d'immobilisation

Votre kinésithérapeute peut vous accompagner et vous donner des conseils :

- pour vous permettre de continuer certaines activités autant que possible ;
- pour vous apprendre à gérer le fait que vous pouvez moins bouger, même si c'est temporaire et que ça ne touche qu'une partie de votre corps ;
- pour empêcher que d'autres problèmes arrivent à cause de la luxation ou de l'immobilisation (prévenir les complications).

Votre kinésithérapeute vous explique aussi les étapes de la rééducation.

Période de rééducation

Avant de commencer la rééducation, votre kinésithérapeute fait une évaluation globale de votre situation. Il vous pose des questions et vous examine dans le but d'évaluer ce que vous pouvez encore faire, notamment dans la vie de tous les jours.

Ensuite, il établit avec vous un plan de rééducation. Ce plan tient compte de son évaluation et des recommandations de votre médecin.

Le but de la rééducation est que votre coude et l'ensemble de votre bras fonctionnent à nouveau comme avant, et même peut-être mieux. Votre kinésithérapeute vous propose des exercices pour retrouver :

- votre mobilité ;
- assez de force pour faire bouger et contrôler vos articulations.

Les exercices servent aussi à éviter une nouvelle luxation .

La rééducation a pour but de vous permettre de reprendre vos activités telles que le travail, le sport, des activités culturelles et sociales ...

Pour contrôler si la guérison se passe bien, votre kinésithérapeute effectue à nouveau une évaluation de votre situation.

En savoir plus ?

- [Le coude \(image\) – Larousse](#)
- [La radiographie, ici, ou à trouver sur cette page des Cliniques St Luc UCL](#)
- [Mon enfant va passer une radio – Sparadrap](#)
- [L'hôpital expliqué aux enfants – Sparadrap](#)

Source

[Guide de pratique clinique étranger 'Luxation de l'articulation du coude', mis à jour le 18.06.2015 et adapté au contexte belge en 2020 – ebpracticenet](#)