Kyste articulaire

Rédaction le 01 octobre 2019.

Dernière mise à jour le 01 octobre 2019

Lien vers l'article:

https://infosante.be/guides/kyste-ganglionnaire

De quoi s'agit-il ?

Un kyste articulaire (ou kyste synovial ou arthro-synovial) est une protubérance de la capsule articulaire ou de la gaine tendineuse (enveloppe qui entoure un tendon), généralement dans le poignet. Il contient un liquide gélatineux, qui ressemble au lubrifiant (liquide synovial ou synovie) qui est présent dans les articulations et autour des tendons.

Nous ne savons pas exactement pourquoi un kyste articulaire se développe. Un kyste articulaire qui apparaît au niveau de la dernière articulation d'un doigt est généralement dû à de l'arthrose. Une fuite dans la capsule articulaire ou dans la gaine tendineuse est également une cause possible.

Il n'y a pas nécessairement de lien entre l'apparition d'un kyste articulaire et un type particulier de profession ou de loisir. Un kyste articulaire peut se développer progressivement ou soudainement et disparaît spontanément 1 fois sur 2.

Chez qui et à quelle fréquence ?

Le kyste articulaire touche 4,5 personnes sur 1000. Chaque année, on compte 3,3 nouveaux diagnostics de kyste articulaire pour 1000 personnes.

Le kyste articulaire à la main ou au poignet est plus fréquent chez les femmes âgées de 20 à 40 ans et chez les personnes qui souffrent d'une inflammation (arthrite) des articulations des doigts. Les personnes qui ont eu une blessure au tendon ont également plus de risque de développer un kyste articulaire.

Comment le reconnaître ?

Un kyste articulaire ressemble à une petite boule ronde ou ovale (nodule). Comme il est rempli d'un liquide gélatineux, il est possible de l'enfoncer légèrement. Il est généralement indolore, mais peut causer une légère douleur à la pression lorsqu'il grossit.

Les kystes articulaires se situent généralement au dos du poignet et dans la paume de la main, du côté du pouce. Mais ils peuvent aussi apparaître à proximité de n'importe quelle articulation ou tendon.

Leurs dimensions varient de quelques millimètres à plusieurs centimètres.

Dans certains cas, le kyste articulaire comprime un nerf, ce qui peut provoquer une douleur, des fourmillements, une insensibilité et une faiblesse musculaire.

Comment le diagnostic est-il posé ?

Le diagnostic est posé à vue. Le médecin palpera la masse. Si il provoque une douleur, le liquide gélatineux est évacué du kyste à l'aide d'une seringue (ponction). Le médecin peut ainsi confirmer le diagnostic. Le liquide gélatineux est incolore et transparent. Si la ponction échoue, une échographie ou un scanner sera réalisé(e).

Que pouvez-vous faire ?

Un kyste articulaire est inoffensif. En l'absence de plaintes, il n'est pas nécessaire de le traiter. N'essayez pas de le percer, ni de le piquer avec une aiguille. Vous risqueriez d'endommager les structures voisines. Si l'intervention n'est pas pratiquée dans des conditions stériles, vous augmentez en plus le risque d'infection.

Dans le cas d'un kyste articulaire au pied, le port de chaussures adaptées peut soulager la pression.

Que peut faire votre médecin ?

Les kystes articulaires ne se traitent que lorsqu'ils occasionnent des plaintes. Le médecin essaiera d'abord de vider le kyste avec une seringue. Malheureusement, l'effet n'est généralement que de courte durée. Une fois sur deux, le gonflement réapparaît à un moment ou l'autre.

Parfois, le médecin injecte une petite quantité de cortisone à l'intérieur du kyste. À ce jour, il n'existe toutefois pas de preuves scientifiques suffisantes pour soutenir l'efficacité de ce traitement. Si nécessaire, le médecin peut répéter l'intervention plusieurs fois.

Si le kyste articulaire continue à récidiver, on peut le retirer par chirurgie. Or, dans 10 à 30 % des cas, le kyste réapparaît par la suite.

Rédaction le 01 octobre 2019.

Dernière mise à jour le 01 octobre 2019

Lien vers l'article:

https://infosante.be/guides/kyste-ganglionnaire

Liens Utiles

- Scanner (CT-scan), ici, https://www.chuliege.be/books/Radiodiagnostic-Scanner/
- L'échographie, ici, https://www.saintluc.be/brochures-information-patients/brochures/commu-dsq-078-1.0-echographie.pdf

Sources

- Guide de pratique clinique étranger https://www.ebpnet.be/fr/pages/display.aspx?ebmid=ebm00410