



Luxation du coude

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.

Rédaction le 28 février 2022.

Dernière mise à jour le 28 février 2022

Lien vers l'article:

<https://infosante.whitecube.dev/guides/luxation-du-coude>



Liens Utiles

- Le coude (image)
<https://www.larousse.fr/encyclopedie/images/Coude/1001638>
- La radiographie, ici,
<https://www.saintluc.be/brochures-information-patients/brochures/commu-dsq-052-1.0-radiologie-conventionnelle.pdf>
- L'hôpital expliqué aux enfants
<https://www.sparadrap.org/enfants/hopital>
- Mon enfant va passer une radio
<https://www.sparadrap.org/parents/les-soins-les-examens/mon-enfant-va-passer-une-radio>

Sources

- Guide de pratique clinique étranger
<https://ebpnet.be/fr/ebsources/1028?searchTerm=coude>