



**Aspect clinique
des doigts des grimpeurs
après plusieurs années de haut niveau
Évaluation des conséquences fonctionnelles**

DIUMUM

Stéphane ROULEAU
Médecin urgentiste
CH Angoulême

Objectifs

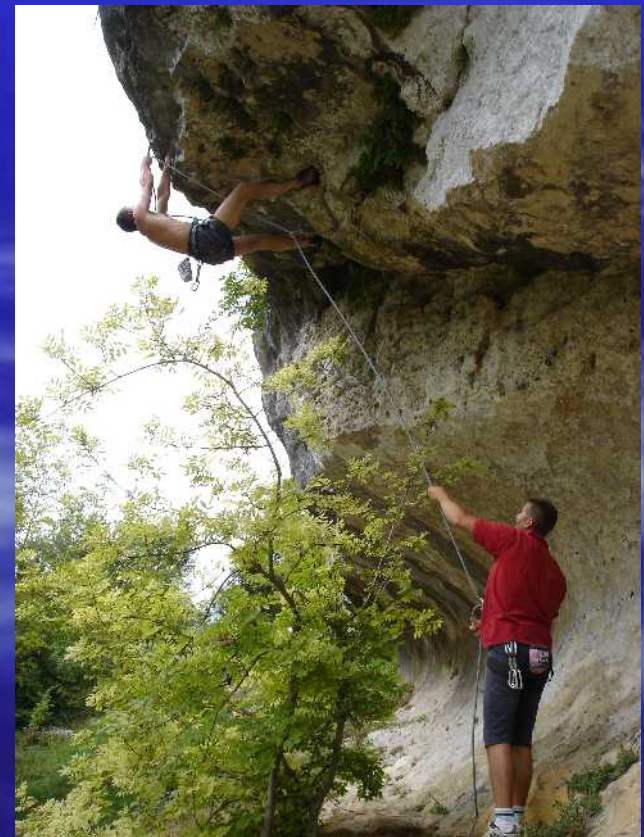
- Étude de l'aspect clinique des doigts après plusieurs années de pratique régulière et intensive de l'escalade sportive
- Évaluation des conséquences fonctionnelles

les lésions aiguës des doigts secondaires aux pathologies de surcharge n'ont pas été prise en compte

Population étudiée :

grimpeurs pratiquant l'escalade sportive depuis plus de 15 ans à un niveau 7c et plus.

- 10 grimpeurs
- 2 femmes / 8 hommes
- Moyenne d'âge : 44 ans
- Ancienneté moyenne de pratique : 22 ans
- Niveau d'escalade : 7c au 8c+ falaise et 8a+ bloc



Résultats : Aspect clinique des doigts

- **Hyperkératose de la pulpe et hypertrophie articulaire** chez tous les grimpeurs.
- **Flessum des IPP et IPD** chez 7 des 10 grimpeurs
 - D'importance variable : de 10° à 20°
 - Importance sans relation avec le niveau d'escalade
- **Flexion totale limitée** chez 5 grimpeurs
 - Pas de limitation de la flexion de la MCP
 - Défaut de flexion de 10° à 20° des IPP et IPD
 - Fermeture incomplète de la main
- **Signes d'arthrose digitale et douleurs chroniques des doigts** chez 1 grimpeur
- **Signes d'insuffisance des poulies A2 et A3** lors de la pratique de l'escalade chez 1 grimpeur



- Flessum de tous les doigts, notamment doigt 4.

- Hypertrophie articulaire
- Aspect « boudiné »
- Flessum IPP et IPD
- Signes d'arthrose digitale avec nodules articulaires en face dorsale des IPP et IPD



Flexion totale limitée :

- Absence de raideur de la MCP
- limitation de flexion de l'IPP et IPD
- Fermeture incomplète de la main

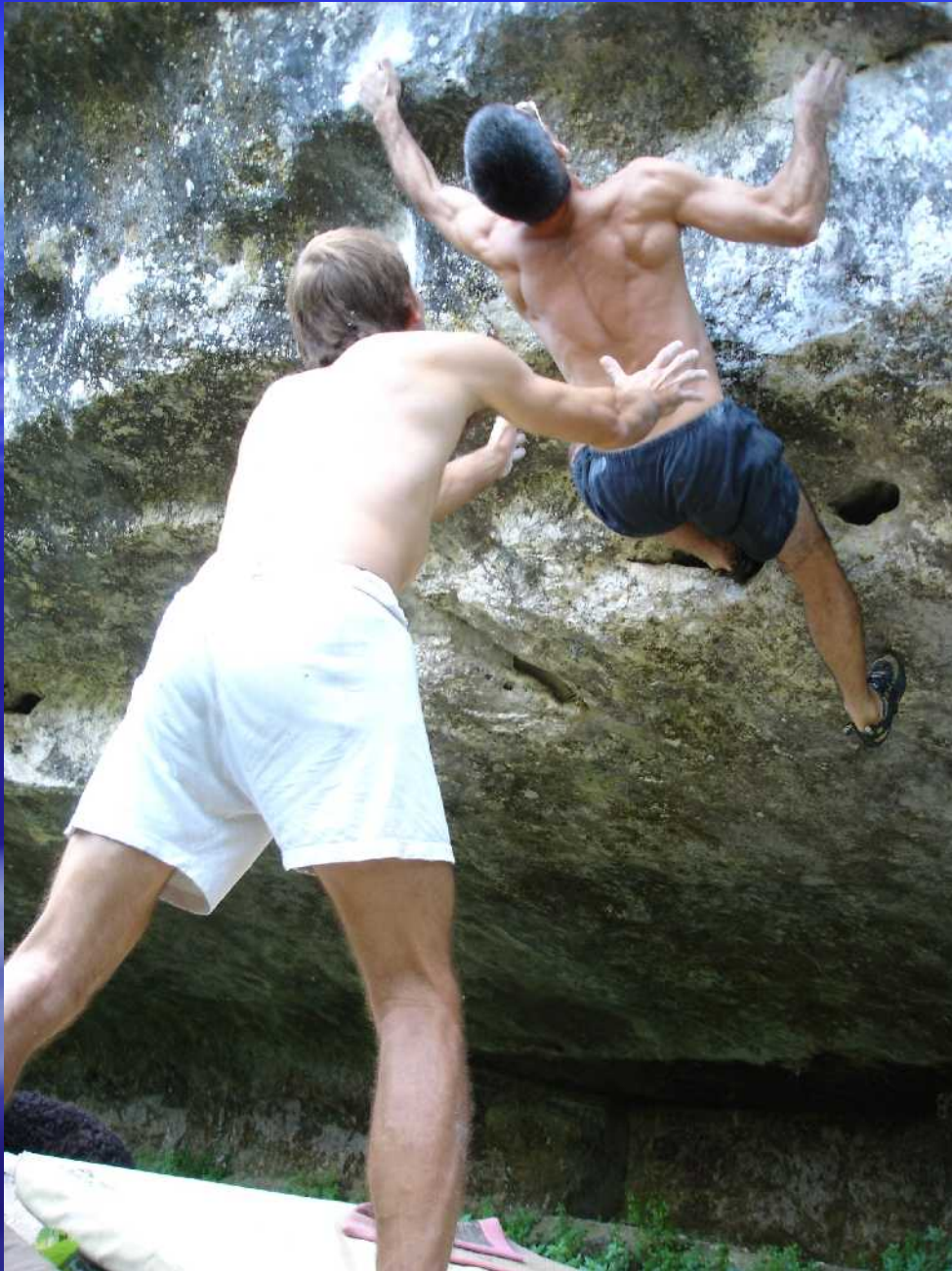


Résultats : conséquences fonctionnelles

- Dans 9 cas sur 10 :
 - absence de conséquences fonctionnelles -
- Seul 1 grimpeur signale un retentissement au quotidien :
 - C'est le grimpeur le plus âgé, qui a les signes d'arthrose digitale et les raideurs les plus importantes
 - Gène modérée pour la préhension des objets - qui semble secondaire à la flexion totale limitée
 - Douleurs chroniques modérées au quotidien dans les mouvements de contraintes et de torsion

En conclusion

- Présence de raideurs d'importance variable chez 75 % des grimpeurs
- Absence de conséquence fonctionnelle dans la plupart des cas
- L'âge, l'ancienneté et la présence d'arthrose digitale semble être des facteurs déterminants dans l'apparition de conséquences fonctionnelles
- La flexion totale limitée semble être la raideur la plus gênante sur le plan fonctionnel



**Aucun grimpeur
n'a arrêté la
pratique de
l'escalade,
alors...**

BONNE GRIMPE...