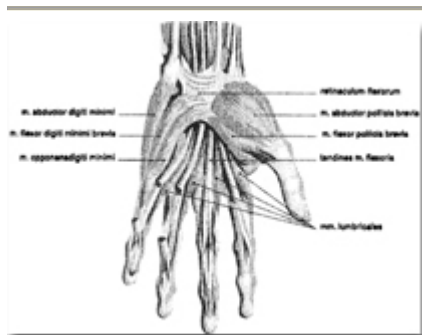


Syndrome du canal carpien



Si vous êtes comme la majorité de gens de nos jours, vous passez sûrement beaucoup de temps une main sur la souris, l'autre sur le clavier et les yeux rivés sur l'écran de votre ordinateur. Ceci peut sembler une façon inoffensive de passer vos journées mais vous vous exposez à une situation de risques de blessure.

Comment pourriez-vous subir une blessure en restant assis à votre bureau naviguant sur l'Internet? Vous pourriez développer le syndrome du canal carpien (SCC), un désordre qui se caractérise par l'engourdissement, la douleur ou le picotement dans le bras, le poignet ou la main. Les mouvements répétitifs tels que la frappe au clavier, l'utilisation de la souris de l'ordinateur et la couture déclenchent souvent cette condition. Les activités qui exigent la flexion du poignet durant de longues périodes telles que la conduite automobile, le vélo de montagne, l'utilisation d'un séchoir à cheveux et pousser une poussette de bébé peuvent aussi provoquer le syndrome du canal carpien. Ces activités causent l'enflure des tendons du poignet et exercent une pression sur le nerf adjacent (le nerf médian). La compression du nerf médian résulte en une fatigue et un inconfort du poignet et dans les cas les plus sévères, une atrophie musculaire.

Le nerf médian a son point de départ dans la moelle épinière du cou et descend le long de l'épaule et du bras jusqu'à la main. Même si le syndrome du canal carpien est typiquement une condition du poignet, une irritation n'importe où le long du nerf médian peut provoquer le SCC. À titre de spécialiste de la prévention, le chiropraticien recherchera toute possibilité de compression du nerf médian chez les patients ressentant de la douleur au poignet. En fait, le chiropraticien croit qu'une des principales raisons pour laquelle tant de personnes souffrant de SCC n'obtiennent aucun soulagement par des thérapies médicales conventionnelles est que le traitement est axé uniquement sur le poignet ignorant d'autres causes d'irritation du nerf médian. En contraste, les chiropraticiens considèrent la personne dans son entité lorsqu'ils traitent les patients souffrant de SCC.

Ce **programme holistique** peut impliquer une thérapie du poignet aussi bien que de la colonne vertébrale et des muscles du cou. De plus, le chiropraticien considère d'autres facteurs tels que la nutrition, la bonne forme physique et le stress. Le résultat? Un programme compréhensif visant à mettre un terme à la douleur causée par le syndrome du canal carpien. Cette approche unique est supportée par l'évidence scientifique qui indique que la chiropratique est un moyen sûr et efficace pour soulager le syndrome du canal carpien (*Journall Manipulative Physiol Ther*, 1998; 21:317-26).

De quel moyen spécifique dispose votre chiropraticien pour éliminer la douleur au poignet?

1. Mettre un terme aux subluxations

Le nerf médian a comme point de départ les tissus nerveux qui émergent d'entre cinq vertèbres du bas du cou. Conséquemment, les problèmes vertébraux à cet endroit peuvent causer des dommages au nerf médian.

Plusieurs personnes souffrant de SCC trouvent un soulagement durable par des ajustements chiropratiques au niveau du cou, manœuvres douces qui rétablissent le mouvement optimal et la position normale aux segments de la colonne vertébrale affectés. Ces endroits dysfonctionnels sont appelés **subluxations vertébrales**.

Les chiropraticiens sont des experts reconnus pour détecter, corriger et prévenir les subluxations vertébrales. En plus d'ajuster la colonne cervicale, votre chiropraticien peut aussi ajuster les articulations de votre poignet et de votre main. Dans certains cas de SCC, les mouvements articulaires sont diminués et les tissus environnants inflammés, aggravant ainsi le syndrome. Les ajustements chiropratiques rétablissent le bon alignement des os du poignet et de la main libérant le corps et lui permettant de se guérir.

2. Essayez en premier l'approche naturelle

Si vous êtes aux prises avec le syndrome du canal carpien et pensez à une intervention chirurgicale, vous vous devez d'essayer D'ABORD la chiropratique. La chirurgie pour le SCC peut être très souffrante et doit être suivie de physiothérapie intensive. De plus, la chirurgie pour le syndrome du canal carpien n'apporte pas toujours le résultat escompté pour mettre un terme à la douleur. Avant de soumettre votre corps au traumatisme d'une intervention chirurgicale, prenez rendez-vous pour une évaluation chiropratique. Votre chiropraticien procédera à un examen complet et vous avisera si la chiropratique peut vous aider.