

Syndrome du défilé thoraco-brachial

Souffrez-vous d'engourdissements ou de fourmillements aux bras ou aux mains? Est-ce que ce malaise s'intensifie lorsque vous levez les bras au-dessus de la tête, par exemple, en vous séchant les cheveux ou en changeant une ampoule électrique? Si oui, vous souffrez peut-être du syndrome du défilé thoraco-brachial.

Selon les chiropraticiens, ce syndrome peut être soulagé par les soins chiropratiques. Poursuivez votre lecture pour en connaître davantage sur ce syndrome et sur la stratégie révolutionnaire de la chiropratique pour le prévenir.

1. Qu'est-ce que le défilé thoraco-brachial (SDTB)?

Le défilé thoraco-brachial est un endroit situé entre le cou et l'épaule. Plusieurs nerfs et vaisseaux sanguins traversent cet endroit entouré de muscles et d'os.

2. Qu'est-ce que le syndrome du défilé thoraco-brachial (SDTB)?

Ce syndrome implique la compression des nerfs et/ou des vaisseaux sanguins qui passent par le défilé thoraco-brachial. C'est souvent un groupe de tissus nerveux appelé plexus brachial inférieur qui est piégé. Ces tissus nerveux émergent de la moelle épinière entre les vertèbres de la partie inférieure du cou. Après avoir franchi le défilé thoraco-brachial, plusieurs nerfs du plexus brachial se forment en branches et descendent le long du bras.

Les nerfs les plus couramment affectés par le SDTB sont le nerf ulnaire (cubital) et le nerf médian. Le nerf ulnaire innerve l'avant-bras, la paume, le petit doigt et l'annulaire. Le nerf médian innerve l'avant-bras, la paume, le pouce, l'index et le majeur.

Une pression sur le contenu du défilé thoraco-brachial résulte en plusieurs symptômes comme de la douleur au bras et à la main, des engourdissements ou des fourmillements. Lever les bras au-dessus de la tête pour une période prolongée a tendance à aggraver le SDTB.

3. Causes courantes du SDTB

Lorsque le chiropraticien évalue un patient pour le SDTB, il tient compte de plusieurs facteurs incluant les facteurs déclencheurs du SDTB suivants:

3.1 Problèmes de posture

Les problèmes de posture tels qu'un dos voûté ou des épaules tombantes peuvent provoquer le SDTB. Une posture moins qu'optimale entraîne aussi des déséquilibres musculaires qui peuvent causer la contraction des muscles entourant le défilé thoraco-brachial provoquant une constriction des nerfs et des vaisseaux sanguins adjacents.

3.2 Traumatisme

Environ 40% des cas de SDTB sont déclenchés par un traumatisme physique comme une chute ou un accident automobile. Les chercheurs pensent qu'un traumatisme modifie l'alignement du défilé thoraco-brachial. Un traumatisme entraîne aussi de l'inflammation provoquant une compression des nerfs et des vaisseaux sanguins dans cette région.

3.3 Muscles contractés

Les déséquilibres musculaires comme ceux produits par le manque d'activité physique ou par un travail prolongé à un bureau ou à l'ordinateur peuvent aussi causer la contraction des muscles du défilé thoraco-brachial déclenchant le SDTB.

3.4 Une côte supplémentaire

Chez environ 1% de la population, on retrouve l'existence d'une côte s'étendant de la dernière vertèbre du cou appelée côte cervicale. Les côtes cervicales sont beaucoup plus petites que les côtes régulières. Néanmoins, elles peuvent comprimer le défilé thoraco-brachial. Toutefois, seulement 10% des personnes avec une côte cervicale développent le SDTB; plusieurs patients avec des côtes cervicales ne développent pas le SDTB à moins qu'ils ne présentent d'autres facteurs aggravants tels qu'un problème de posture ou un traumatisme.

4. La solution chiropratique

Pour prévenir le SDTB, les chiropraticiens abordent le problème sous plusieurs aspects. Cette approche globale est conforme à la philosophie holistique de la chiropratique qui enseigne que les soins chiropratiques s'occupent du corps dans son entité plutôt que simplement traiter les symptômes. Un programme préventif adapté à vos besoins peut inclure quelques-unes ou toutes les solutions suivantes.

4.1 Ajustements chiropratiques

Les problèmes de posture associés au SDTB sont aussi liés à une condition appelée subluxation vertébrale. Les subluxations vertébrales sont des endroits de la colonne vertébrale où le mouvement est restreint ou encore où les os (vertèbres) sont désalignés. Les chiropraticiens corrigent les subluxations vertébrales par des manœuvres douces et efficaces appelées ajustements chiropratiques. Les études scientifiques indiquent que les ajustements chiropratiques atténuent le SDTB (*J Manipulative Physiol Ther*, 1997; 20:476-81).

Le SDTB a aussi été lié à un désalignement de la première côte, une condition que les ajustements chiropratiques peuvent aussi améliorer. En plus de corriger les problèmes de posture, les études démontrent que les ajustements chiropratiques peuvent soulager la tension musculaire, une autre cause du SDTB. Exercice

Les patients atteints du SDTB souffrent souvent de déséquilibre musculaire. Les années d'inactivité ou de travail de bureau affaiblissent les petits muscles du milieu du dos et en même temps, les plus gros muscles dans la partie supérieure du cou et du thorax se

contractent. Cette chaîne d'événements modifie l'alignement du haut du dos et du cou résultant en la compression du défilé thoraco-brachial. Les chiropraticiens suggèrent des exercices d'étirement et de renforcement spécialement conçus pour remédier aux problèmes musculaires associés au SDTB.

4.2 Modification d'ordre ergonomique

Le SDTB étant provoqué par la mauvaise posture, des modifications ergonomiques sont souvent la solution pour soulager le syndrome. Par exemple, votre chiropraticien peut vous demander de changer votre chaise, votre clavier d'ordinateur, votre téléphone ou votre bureau – ou modifier votre position assise ou votre technique de frappe au clavier. Thérapie "point gâchette"

Si vous souffrez du SDTB, votre chiropraticien peut vous recommander une technique spécifique de massage thérapeutique appelée point gâchette (trigger point). Cette technique est conçue pour rompre les adhérences musculaires et détendre les muscles contractés. Bandages/attelles

Dans certains cas, on utilisera des techniques de bandages ou d'attelles pour favoriser la guérison et le bon alignement. Cette technique est habituellement recommandée pour de courtes périodes chez les patients qui ont subi un traumatisme. La chiropratique d'abord

La chiropratique offre une solution efficace au SDTB sans les dangers des médicaments ou de la chirurgie. Si le SDTB vous inquiète, prenez rendez-vous dès aujourd'hui pour une évaluation chiropratique spécifique.