

# Le syndrome de raynaud

Dernière mise à jour : 19-04-2009

Il s'agit d'un trouble de la circulation au niveau des petites artères (artérioles) des extrémités (doigts le plus souvent mais aussi orteils, oreille, nez) résultant concrètement à avoir le bout des extrémités froid (pieds et mains surtout). Ce trouble est dû à un resserrement des artérioles d'où diminution de leur calibre et manque d'oxygène en aval. Il est provoqué ou favorisé par le froid. Ceci se traduit par un blanchiment de la peau (comme un doigt de mort) suivi après un temps variable d'un bleuissement, avant de reprendre une couleur plus sympathique. Une femme est beaucoup plus souvent atteinte.

Cet état peut être sans cause connue, il s'agit de la vraie maladie de raynaud, elle débute chez une personne encore très jeune. Il peut débuter plus tard après 30 ans et on retrouve alors souvent une cause, on parle alors de syndrome de raynaud.

Il peut être dû :

- A des médicaments : bêta-bloquants, dérivés de l'ergot de seigle, etc..
- A des mini-traumatismes à répétition : travail au marteau-piqueur et autres appareils vibrants, dactylos, clavier d'ordinateur, etc...
- A des lésions loco-régionales : canal carpien, côte cervicale, hernie discale cervicale, etc..
- A des maladies générales : cancers, maladies de système : surtout la sclérodermie et le lupus

En dehors d'un bilan à la recherche d'une cause, l'examen de base est la capillaroscopie unguéale (examen au microscope de la circulation artérielle sous un ongle) : elle sera normale en cas de maladie de raynaud et perturbée en cas de syndrome de raynaud secondaire.

Le traitement sera celui de la cause si elle existe.

Sinon on utilise des médicaments dilatant les vaisseaux : inhibiteur calcique, trinitrine percutanée voire ginko biloba (efficacité ?). Dans les cas graves, la chirurgie peut s'avérer nécessaire : sympathectomie, elle consiste à sectionner les fibres nerveuses commandant la fermeture des vaisseaux.

Comment peut-on s'adapter au phénomène de Raynaud?

Des précautions comme les suivantes peuvent être prises pour réduire la fréquence et l'intensité des troubles

- \* se protéger le corps contre le froid
- \* ne pas se submerger les mains sans protection
- \* éviter toute lésion aux mains
- \* éviter le tabac, car la nicotine réduit parfois la circulation sanguine dans les doigts
- \* porter tous les vêtements nécessaires pour se protéger du froid : gants, pardessus, chapeau et foulard.

Liens :

Medecine-et-sante

CCHST

Wiki