



# ORTHÈSE ALPES

Appareillage de la main  
et du membre supérieur

## Guide d'aide à la prescription d'orthèse : MAJ Aout 2026

Les protocoles proposés sont uniquement des recommandations,  
au besoin demander l'avis d'un médecin spécialiste pour définir l'orthèse la plus adaptée

Les orthèses bénéficient d'une prise en charge selon la classification LPPR

Intitulés standardisés · Indications cliniques · Modes de port

**Ergothérapeute – orthopédiste orthésiste** : Bryan DOCK / Marthe MAISONNEUVE / Chakyl ISSOP

**Orthoprothésiste** : Fany DESSOLY

Rendez-vous patients : **04 79 72 09 13**

Ligne urgences prescripteurs : **04 79 72 10 99**

### AIX LES BAINS

Bâtiment Sao Paulo

60 rue jacques Cellier

73100 Grésy sur Aix

### CHAMBERY

Bâtiment Galien

395 Av des massettes

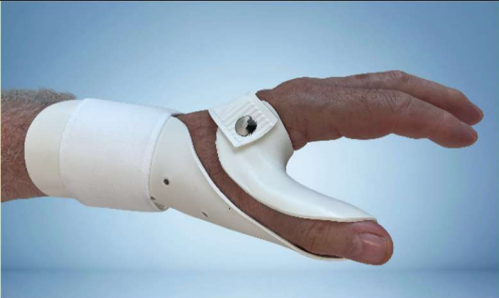
73190 Challes les eaux

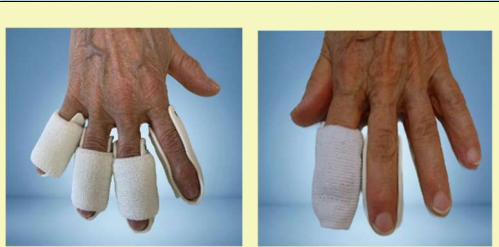
### ALBERTVILLE

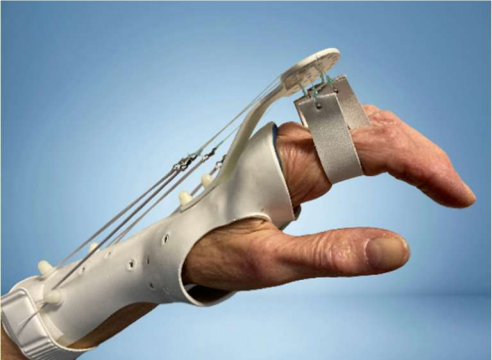
Cabinet

41 rue de la bévière

73200 Gilly sur Isère

| PATHOLOGIE   | ORTHESE                                                                             | PRESCRIPTION                                                                           | PORT ET DESCRIPTIF                                                                                                                                                                                           | INTERET                                                                                                                                                 |
|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ARTHROSE     |                                                                                     |                                                                                        |                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                         |
| Rhizarthrose |    | Une orthèse de poignet-pouce thermoformée de repos nocturne pour rhizarthrose coté D/G | <b>Port nocturne</b><br><u>Classique</u><br>Ouverture de la première commissure<br>Stabilisation de la TM<br>Lutte contre l'adduction de M1                                                                  | Diminution des douleurs par la posture de repos nocturne<br><br>Prévention de la déformation arthrosique grâce au contre appui du moulage sur mesure    |
|              |    | Une orthèse de poignet-pouce thermoformée de repos nocturne pour rhizarthrose coté D/G | <b>Port nocturne</b><br><u>Longue sur l'IP du pouce</u><br>Si accompagner de douleur de l'IP du pouce                                                                                                        | Diminution des douleurs par la posture de repos nocturne<br><br>Prévention de la déformation arthrosique grâce au contre appui du moulage sur mesure    |
|              |   | Une orthèse de poignet-pouce thermoformée de repos nocturne pour rhizarthrose coté D/G | <b>Port nocturne</b><br><u>Évidement de l'articulation trapézo-métacarpienne</u><br>déformante si elle est sensible et douloureuse<br>Contre-appui remplacé pour une sangle souple pour maintien confortable | Diminution des douleurs par la posture de repos nocturne<br><br>Stabilisation de la déformation arthrosique grâce au contre appui du moulage sur mesure |
|              |  | Orthèse de fonction du pouce en néoprène de fonction pour rhizarthrose coté D/G        | <b>Port diurne</b><br>Gantelet souple en néoprène d'ouverture commissurale pour aider aux activités quotidiennes et ou professionnelles                                                                      | Apport de chaleur<br>Absorbe les chocs et vibrations<br>A privilégier sur des mains avec une <b>loge thénar atrophiée</b>                               |

|                            |                                                                                     |                                                                           |                                                                                                                                                                            |                                                                                                                        |
|----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                            |    | Orthèse de fonction type sangle trapezométacarpienne coté D/G             | <b>Port diurne</b><br>Permet un rappel du pouce en abduction avec un maintien de l'ouverture de la commissure pour aider aux activités quotidiennes et ou professionnelles | Fonctionnelle convient essentiellement chez des personnes actives et <b>ne présentant pas de loge thénar atrophiée</b> |
| <b>Arthrose MP pouce</b>   |    | Une orthèse de pouce pour arthrose métacarpo-phalangienne coté D/G        | <b>Port nocturne</b><br>Immobilisation stricte de la MP du pouce.                                                                                                          | Diminution des douleurs par la posture de repos<br>Prévention de la déformation arthrosique                            |
| <b>Arthrose de poignet</b> |   | Une orthèse thermoformée de poignet de repos nocturne coté D/G            | <b>Port nocturne</b><br>Sangle souple au poignet pour un maintien confortable                                                                                              | Diminution des douleurs par la posture de repos<br>Prévention de la déformation arthrosique                            |
| <b>Arthrose digitale</b>   |  | Une orthèse thermoformée des doigts D2D3D4D5 coté D/G pour repos nocturne | <b>Port nocturne</b><br>Maintien des IPP et IPD en position de repos                                                                                                       | Diminution des douleurs par la posture de repos<br>Prévention de la déformation arthrosique                            |

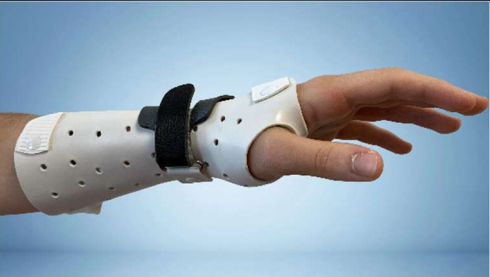
|                                                                                |                                                                                   |                                                                                                                 |                                                                                               |                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Polyarthrite déformante</b><br><b><u>AVEC</u></b><br><b><u>DOULEURS</u></b> |  | Une orthèse thermoformée poignet main et doigt de repos global avec correction du coup de vent ulnaire coté D/G | <b>Port nocturne</b><br>Maintien du poignet et des doigts en position de repos                | Diminution des douleurs par la posture de repos<br>Prévention de la déformation de la polyarthrite |
| <b>Polyarthrite déformante</b><br><b><u>SANS</u></b><br><b><u>DOULEURS</u></b> |  | Une orthèse thermoformée dynamique d'extension des MP pour correction du coup de vent ulnaire coté D/G          | <b>Port nocturne</b><br>Traction dynamique sur les doigts pour corriger la déviation ulnaire. | Permet de conserver des articulations métacarpiennes souples et mobiles dans le temps              |

ORTHÈSE  
ALPES

| <b>TENDINOPATHIE</b>                |                                                                                    |                                                                                             |                                                                                                                                       |                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Tendinopathie des extenseurs</b> |   | Une orthèse thermoformée de poignet en extension pour Tendinopathie des extenseurs coté D/G | <b>Port 24/24H doit être retirée pour nettoyage</b><br>Poignet positionné à 30° d'extension                                           | Permet de diminuer la contrainte du point d'insertion proximal des muscles épicondyliens par mise au repos des tendons extenseurs du poignet et des doigts |
| <b>Tendinite de De Quervain</b>     |   | Une orthèse thermoformée poignet-pouce pour Tendinite de De Quervain coté D/G               | <b>Port nocturne et quelques heures dans la journée</b><br>Evidement au niveau de la zone de conflit long abducteur / court extenseur | Détente de la zone de conflit au niveau de la styloïde radiale<br>Permet de diminuer l'inflammation des tendons long abducteur et court extenseur          |
| <b>Doigt à ressort</b>              |  | Orthèse thermoformée poignet-main et doigts de repos global coté D/G                        | <b>Port nocturne</b><br>Poignet en position neutre avec soutien des articulations métacarpo-phalangiennes des doigts                  | Permet de diminuer l'inflammation des fléchisseurs de la main                                                                                              |

ORTHÈSE  
ALPES



| ATTEINTE TRAUMATIQUE        | Il est impératif de s'assurer auprès d'un chirurgien de la main qu'une intervention chirurgicale n'est pas nécessaire |                                                                                            |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                            |
|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Fracture scaphoïde          |                                      | Une orthèse thermoformée poignet-pouce coté D/G                                            | <b>Port 24/24H doit être retirée pour le nettoyage</b><br>Immobilisation du poignet et du pouce avec l'IP libérée     | Pouce positionné en opposition                                                                                                                                                             |
| Fracture scaphoïde          |                                      | Une orthèse thermoformée poignet coté D/G                                                  | <b>Port 24/24H doit être retirée pour le nettoyage</b><br>Immobilisation du poignet avec libération de la MP du pouce | Pouce positionner en opposition<br>Attelle fonctionnelle et légère                                                                                                                         |
| Fracture poignet            |                                     | Une orthèse thermoformée de poignet pour ... coté D/G                                      | <b>Port 24/24H doit être retirée pour le nettoyage</b><br>Immobilisation du poignet                                   | Attelle fonctionnelle<br>Liberté du pouce<br>Stabilisation du poignet                                                                                                                      |
| Fracture base M2 ou base M5 |                                    | Une orthèse thermoformée de poignet en extension pour ... coté D/G + syndactylie D ../ D.. | <b>Port 24/24H doit être retirée pour le nettoyage</b><br>Immobilisation du poignet et extension                      | Dans ces 2 situations le foyer de fracture se situe au niveau du point d'insertion des long extenseur ulnaire et radiale du carpe, il est primordial de stabiliser le poignet en extension |

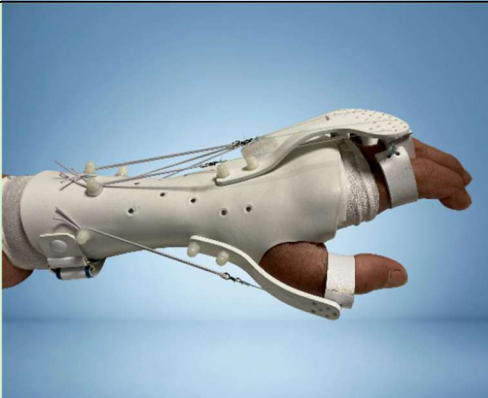
|                                                                |                                                                                    |                                                                                    |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Fracture diaphyse de M2/M3/M4/M5</b>                        |   | Une orthèse thermoformée de type coque métacarpienne + syndactylie D4/ D5 coté D/G | <b>Port 24/24H doit être retirée pour le nettoyage</b><br>Immobilisation et protection de la zone de fracture<br>Stabilisation de la tête métacarpienne par contre appui palmaire | Excellente mobilité du poignet et des doigts<br>Les syndactylies permettent de garder les doigts dans leurs axes respectifs |
| <b>Fracture M1 (Bennett)</b>                                   |   | Une orthèse thermoformée poignet-pouce pour ... coté D/G                           | <b>Port 24/24H doit être retirée pour le nettoyage</b><br>Immobilisation poignet et IP libre<br>Capacité de serrage au niveau de la MP du pouce lorsque l'œdème se résorbe        | Pouce positionné en opposition<br>Attelle fonctionnelle et légère                                                           |
| <b>Fracture P1 et P2 (Risque d'instabilité de la fracture)</b> |   | Orthèse thermoformée intrinsèque plus coté D/G                                     | <b>Port 24/24H doit être retirée pour le nettoyage</b><br>MP moulées en flexion et IPP/ IPD en extension                                                                          | Limite le flexum des IPP<br>Poignet libre<br>Prévention des enraidissement des MCP et IPP.                                  |
| <b>Fracture stable base P1 D....</b>                           |  | Orthèse thermoformée thomine + syndactylie D4/D5 coté D/G                          | <b>Port 24/24H doit être retirée pour le nettoyage</b><br>MP moulées en flexion et IPP libéré pour travailler la flexion en douceur de la flexion de l'IPP                        | Permet de mobiliser doucement les IPP tout en gardant les doigts dans leurs axes respectifs avec les syndactylies           |

|                                              |                                                                                   |                                                                                      |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                |
|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Entorse de Pouce</b>                      |  | Orthèse thermoformée d'immobilisation de la MP du pouce coté D/G                     | <b>Port 24/24H doit être retirée pour le nettoyage</b><br>Immobilisation la MP du pouce avec le Poignet et IP du pouce libre                                                              | Capacité de serrage au niveau de la MP du pouce lorsque l'œdème se résorbe<br>Pouce positionner en opposition<br>Poignet libre |
| <b>Entorse de Pouce (reprise ski)</b>        |  | Orthèse thermoformée d'immobilisation de la MP du pouce pour reprise du ski coté D/G | <b>Port 24/24H doit être retirée pour le nettoyage</b><br>Maintien de la MP du pouce avec le Poignet et IP du pouce libre<br>Plastique plus fin permettant d'être mis sous un gant de ski | Se glisse facilement sous un gant de ski pour la reprise après une entorse                                                     |
| <b>Entorse d'IPP /lésion plaque Option 1</b> |  | IPP stop ou Orthèse thermoformée d'immobilisation IPP en extension                   | <b>Port 24/24H doit être retirée pour le nettoyage</b><br><b>Risque de flexum qui peut survenir plusieurs semaines après le traumatisme = Surveillance +++</b>                            | Le doigt reste mobile en flexion mais l'hyperextension de l'IPP est limité par l'orthèse<br>Prévention du risque de flexum     |

# ORTHÈSE ALPES



|                                                        |                                                                                     |                                                                                                             |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Entorse d'IPP /lésion plaque</b><br><b>Option 2</b> |    | Syndactylie D.../ D... coté D/G<br>+<br>Orthèse thermoformée d'immobilisation IPP en extension pour la nuit | <b>Port 24/24H doit être retirée pour le nettoyage</b><br><b>Risque de flexum qui peut survenir plusieurs semaines après le traumatisme = Surveillance +++</b>                             | Très fonctionnelle et garde les doigts dans leurs axes respectifs avec un bon maintien<br><br>La deuxième orthèse permet de posturer le doigt en extension la nuit        |
| <b>Mallet Finger D.... osseux ou tendineux</b>         |   | Orthèse d'immobilisation de l'IPD en hyper extension D.... coté D/G. <b><u>A renouveler 3 fois</u></b>      | <b>Port stricte 24/24H JAMAIS RETIREE</b><br>IPP libre pour la flexion<br><b><u>Orthèse refaite toutes les 2 semaines</u></b> pour réajuster, couper l'ongle et vérifier l'état de la peau | Très fonctionnelle avec un excellent maintien de la 3 <sup>ème</sup> phalange en extension<br><b>Peut-être mouillée</b><br><b><u>Séchage au sèche-cheveux à froid</u></b> |
| <b>Mallet Finger pouce osseux ou tendineux</b>         |  | Orthèse d'immobilisation de l'IP du pouce en hyper extension coté D/G. <b><u>A renouveler 3 fois</u></b>    | <b>Port stricte 24/24H JAMAIS RETIREE</b><br>MP libre pour la flexion<br><b><u>Orthèse refaite toutes les 2 semaines</u></b> pour réajuster, couper l'ongle et vérifier l'état de la peau  | Très fonctionnelle avec un excellent maintien 2 <sup>ème</sup> phalange en extension<br><b>Peut-être mouillée</b><br><b><u>Séchage au sèche-cheveux à froid</u></b>       |

| ATTEINTE NEUROLOGIQUE    |                                                                                    |                                                                      |                                                                                                       |                                                                                                                                                                        |
|--------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Canal carpien</b>     |   | Orthèse thermoformée poignet-main et doigts de repos global coté D/G | <b>Port nocturne</b><br>Poignet positionné en position neutre avec un soutien des doigts en ouverture | Réduit la pression sur le nerf au niveau du canal carpien par détente des tendons fléchisseurs en limitant la flexion du poignet et la fermeture des doigts la nuit    |
| <b>Syndrome ulnaire</b>  |   | Orthèse thermoformée coude avec 30° de flexion coté D/G              | <b>Port Nocturne</b><br>Coude positionné en légère flexion                                            | Détente du nerf ulnaire par limitation de la flexion du coude<br>Réduit la pression sur le nerf au niveau du coude                                                     |
| <b>Paralysie radiale</b> |  | Une orthèse thermoformée dynamique d'extension des MP coté D/G       | <b>Port diurne</b><br>Rappel dynamique des doigts en extension                                        | Orthèse fonctionnelle permettant l'ouverture des doigts par un rappel élastique<br>Orthèse utilisée en complément de la rééducation dans les activités vie quotidienne |

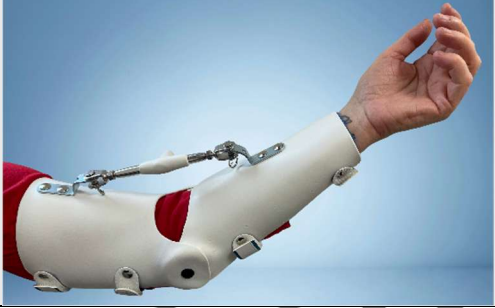
# ALPES

|                                                                              |                                                                                    |                                                                                   |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Griffe Ulnaire réductible (IPP en extension)</b>                          |   | Orthèse thermoformée MP4 et MP 5 fléchies pour griffe ulnaire réductible coté D/G | <b>Port Diurne</b><br>MP4 et MP5 moulées en flexion et laissant libre la flexion et l'extension des IPP                                                                           | Orthèse fonctionnelle<br>Limitant l'hyper extension des articulation MCP D4D5 et l'enraidissement des IPP en flexion                                                                                            |
| <b>Trouble hypertonique de la main réductible et « souple »</b>              |   | Orthèse thermoformée de repos poignet-main-doigts coté D/G                        | <b>Port diurne de préférence</b><br>Poignet positionné en position neutre avec ouverture des doigts. Idéal après l'injection de toxine pour conserver l'ouverture de la main      | Permet de soutenir le poignet et les doigts<br>Limite l'enraidissement des articulations en flexion<br>Limite la macération des doigts dans la paume de la main                                                 |
| <b>Trouble hypertonique de la main pouvant être accompagné de spasticité</b> |  | Orthèse thermoformée de repos poignet-main-doigts coté D/G                        | <b>Port diurne de préférence</b><br>Poignet positionné en position neutre avec ouverture des doigts sans trop de contrainte sur le poignet et les doigts, => recherche le confort | Permet de soutenir le poignet et les doigts<br>Limite l'enraidissement des articulations en flexion<br>Limite la macération des doigts dans la paume de la main.<br>Faillite le lavage des doigts dans le temps |

ORTHÈSE  
ALPES

| REEDUCATION                                                      |                                                                                    | Suivi régulier par l'orthésiste pour les réglages                                                         |                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Déficit d'extension IPP (post-trauma ou post-chirurgie)          |   | Orthèse thermoformée dynamique d'extension d'IPP .... pour récupération d'amplitude en extension coté D/G | <b>Port nocturne : 5-6h</b><br>Traction douce sur P2 avec un élastique                                                                                                                              | Permet de travailler l'articulation concernée sans entrainer l'inflammation de l'articulation du doigt<br><b>Privilégier dans le cadre de flessum après une entorse IPP ou fracture consolidée</b> |
| Déficit Flexion de l'IP du pouce (post-trauma ou post-chirurgie) |   | Orthèse thermoformée dynamique de flexion d'IP du pouce coté D/G pour récupération d'amplitude en flexion | <b>Port Diurne : 5 min MAX toutes les heures du jours (sous le seuil de la douleur)</b> Travail en traction directe avec un élastique ou en enroulement de l'articulation avec une sangle élastique | Permet de travailler l'articulation concernée sans entrainer l'inflammation de l'articulation du doigt<br><b>Privilégier dans le cadre de raideur après une entorse ou une fracture consolidée</b> |
| Déficit de flexion 2 doigts (post-trauma ou post-chirurgie)      |  | Orthèse thermoformée dynamique de flexion D3D4 du coté D/G pour récupération d'amplitude en flexion       | <b>Port Diurne : 5 min MAX toutes les heures du jours (sous le seuil de la douleur)</b> Travail en traction directe avec un élastique ou en enroulement de l'articulation avec une sangle élastique | Permet de travailler l'articulation concernée sans entrainer l'inflammation de l'articulation du doigt<br><b>Privilégier dans le cadre de raideur après une entorse ou une fracture consolidée</b> |



|                                                           |                                                                                    |                                                                                                          |                                                                                                                                                                                              |                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Raideur du poignet (post-trauma ou post-chirurgie)</b> |   | Orthèse thermoformée dynamique flexion OU/ET extension du poignet coté D/G pour récupération d'amplitude | Port Diurne : <b>15 min MAX</b><br><b>3 fois le matin</b><br><b>5 fois l'après midi</b><br><b>(Sous le seuil de la douleur)</b><br>Travail Articulaire du poignet en flexion ou en extension | <b>Privilégier dans le cadre de raideur après une fracture du poignet consolidée</b>           |
| <b>Raideur du coude (post-trauma ou post-chirurgie)</b>   |   | Orthèse thermoformée dynamique de flexion du coude coté D/G pour récupération d'amplitude                | Port Diurne : <b>15 min MAX</b><br><b>3 fois le matin</b><br><b>5 fois l'après midi</b><br><b>(Sous le seuil de la douleur)</b><br>Travail Articulaire du poignet en flexion ou en extension | <b>Privilégier dans le cadre de raideur après une fracture ou luxation du coude consolidée</b> |
| <b>Raideur du coude (post-trauma ou post-chirurgie)</b>   |  | Orthèse thermoformée dynamique de d'extension du coude coté D/G pour récupération d'amplitude            | Port Diurne : <b>15 min MAX</b><br><b>3 fois le matin</b><br><b>5 fois l'après midi</b><br><b>(Sous le seuil de la douleur)</b><br>Travail Articulaire du poignet en flexion ou en extension | <b>Privilégier dans le cadre de raideur après une fracture ou luxation du coude consolidée</b> |

ORTHÈSE  
ALPES



luxation du  
coude



Orthèse  
thermoformée de  
coude articulé avec  
limitation  
d'amplitude de  
flexion ET/ OU  
extension coté D/G

**Port 24/24H doit être retirée pour  
le nettoyage**

Permet de limiter la flexion et  
l'extension complète.  
Permet de libérer l'amplitude  
progressivement sans mettre trop  
rapidement en tension les  
structures internes.

**Privilégier dans le cadre de  
fracture- luxation au niveau  
du coude.**

**Avis chirurgiens fortement  
recommandé**

Appareillage

ORTHÈSE  
ALPES