

MUSCLES DE LA MAIN

I. Eminence Thénare

➤ **Muscle court Abducteur**

Insertion: Superficiel, rétinaculum des fléchisseurs et tubercule du scaphoïde

Trajet: Bas et latéralement

Terminaison: Tubercule latéral de la base de la 1^{ère} phalange et os sésamoïde metacarpo-phalangien médial.

Innervation: Nerf médian

Action: Abduction du pouce

➤ **Muscle court fléchisseur 2 chefs.**

Insertion:

- Supérieur s'insère dans le rétinaculum des fléchisseurs + tubercule du trapèze;
- Inférieur s'insère dans le trapèzoïde et dans le capitatum

Trajet: Bas et dehors

Terminaison: Tubercule latéral de la base de 1st phalange du pouce et os sésamoïde metacarpo-phalangien latéral.

Innervation: Chef supérieur: nerf médian; Chef inférieure: nerf ulnaire

Action: Flexion

➤ **Muscle opposant**

Insertion: Profond, masqué par le court abducteur. Partie antérieure du rétinaculum des fléchisseurs + crête du trapèzoïde

Trajet: Oblique vers le bas et latéralement

Terminaison: Bord latéral de 1st métacarpien

Innervation: Nerf médian

Action: Opposition du pouce: flexion rotation médiale. Spécifique à l'homme et quelques singes.

➤ **Muscle adducteur** Plus profond et plus volumineux. Occupe les 2 premiers espaces osseux, équivalent d'un muscle interosseux palmaire. 2 faisceaux carpien oblique.

Insertion: Le premier part du trapèzoïde et capitatum se dirige vers le bas et latéralement arrive aux métacarpien transversale. Le second part de la base du 2nd et 3rd métacarpien se dirige vers le bas et le bord antérieur du 3rd métacarpien.

Terminaison: Tubercule médial de la base de la première phalange + sésamoïde médial

Innervation: Branche profonde du nerf ulnaire

Action: Adducteur du pouce

II. Les muscles de la loge hypo-thénare

➤ **Muscle court palmaire ou peaussier**

Insertion: Bord médial de l'aponévrose palmaire

Trajet: Transversal

Terminaison: Tégument du bord ulnaire, bord médial de l'éminence hypothénare

Innervation: Branche supérieure du nerf ulnaire

Action: Fronce les téguments de la région

➤ **Muscle Abducteur du 5^{ème} doigt**

Insertion: Superficiel. Rétinaculum des fléchisseurs, pisiforme tendon fléchisseur ulnaire

Trajet: Vertical vers le bas

Terminaison: Tubercule médiale de la base de phalange proximale du 5th doigt

Innervation: Nerf Ulnaire

Action: Abduction du 5^{ème} doigt

➤ **Muscle court fléchisseur du 5th doigt.**

Insertion: Annulus de l'hamatum et le rétinaculum des fléchisseurs

Trajet: Vertical vers le bas et le dedans

Terminaison: Tubercule médial de la base de la phalange proximale du 5th doigt

Innervation: Nerf ulnaire

Action: Flexion du 5th doigt

MUSCLES DE LA MAIN

- **Muscle opposant du 5th**
Insertion: Annulus de l'hamatum et retinaculum des flechisseur
Trajet: Verticale vers le bas
Terminaison: Bord médial du 5th métacarpien
Innervation: Branche profonde du nerf ulnaire
Action: Opposition du 5th doigt, flexion rotation médiale.

III. La loge moyenne

- **Muscle lombricaux annexé aux tendons des flechisseur profond et se termine sur les tendon des extenseur de ces même doigt.**
Insertion:
 - Les deux premiers sont uni-penné et se détachent du bord latéral du tendon des flechisseurs profond des 2nd et 3rd doigts.
 - Les 3 et 4 sont bipenné se fixent sur les tendons délimitant un espace interosseux 3 et 4.**Trajet:** En avant des interosseux palmaire et dorsaux. Voisinage de l'extrémité métacarpienne phalangienne, contourne les metacarpe phalangienne, se retrouve à la face dorsale de la main ou ils fusionnent avec les tendon des extenseur des 4 dernier doigts.
Innervation: 1 et 2 innervé par le nerf médian. 3 et 4 innervé par le nerf ulnaire
Action: Flexion de la phalange proximale, extension des distales.
- **Muscle interosseux palmaire**
Insertion: Se fixe sur la face axiale des 2 4 5 metacarpiens.
Trajet: Vers l'avant
Terminaison: Base de phalange proximale des 2 4 5th doigts.
Innervation: Nerf ulnaire
Action: Adduction
- **Muscle interosseux dorsaux (bipennée)**
Insertion: 2 face des métacarpiens
Trajet: Vers l'avant
Terminaison: Base des phalange proximale des 2 3 4th doigts
Innervation: Nerf ulnaire
Action: Ecartement des doigts.

IV. Les formations aponévrotique

Aponevrose palmaire: peut être atteinte de la maladie de Dupuytren (main en griffe).

- Fascia palmaire est un triangle à sommet insertion et base terminaison se prolongeant par le fascia thénare en dehors et fascia hypo-thénare en dedans.
- Fascia hypothénare se fixe en bord médial du 5th métacarpien
- Fascia dorsal: bord médial du 5th et bord latéral du 1st, dos de la main se prolongement aux doigt à l'aponévrose dorsal des doigts

Prolonge aux 4 doigts et recouvre les flechisseurs en formant une gaine fibreuse. Tendon du fléchisseurs sont entouré par une gaine synoviale qui facilite le déplacement contre les os et le cartilage. Prolonge le tendons du long palmaire, se prolonge formant des lames pré-tendineuses, formant une gouttière ostéo-fibreuse dans lequel on trouve les tendons des fléchisseurs.

- Gaine du long fléchisseur du pouce: digito-carpienne latérale
- Gaine du tendon flechisseur des doigts (tout les fléchisseurs): digito-carpienne médiale
- Gaine du tendon du flechisseur des doigts: gaine digitale uniquement

Deux feuillets sont soit digito-carpien ou carpien. Gaine des fléchisseurs communique avec les gaine digitale du 5^{ème} doigt, donc une infection à ce doigt peut se propager à toute la main.

Gaines digitales: annexé aux fléchisseurs de la main, représenté par 6 gaines.