

## *Les phalanges ou squelette des doigts*

Le squelette des **doigts II à V** comporte trois petits os longs, articulés entre eux, désignés dans l'ordre proximo-distal :

- **Phalange, 1<sup>ère</sup> phalange ou phalange proximale.**
- **Phalangine, 2<sup>ème</sup> phalange ou phalange moyenne.**
- **Phalangette, 3<sup>ème</sup> phalange ou phalange distale ou unguéale.**

Le **doigt I**, ou **pouce**, possède seulement deux phalanges, l'une **proximale** et l'autre **distale**.

### **Phalanges proximales**

Les phalanges proximales se distinguent par leur longueur, qui diminue dans l'ordre **III, IV, II, I** (qui est la plus massive), et **V**.

#### Corps

Leurs corps est hémicylindrique et présente:

- Une face dorsale, convexe transversalement.
- Une face palmaire, plane, concave de haut en bas.
- **Deux bords latéraux** très saillants ou viennent s'attacher les **gaines fibreuses** digitales permettant le maintien des **tendons fléchisseurs** (cette notion sera revue au cours théorique). [Notons que des attaches similaires sont également trouvées sur les phalanges moyennes.]

#### Épiphyse proximale

L'**épiphyse inférieure** des phalanges proximales est en forme de chapiteau quadrangulaire et présente une **cavité glénoïde** à grand axe transversal qui formera l'**articulation métacarpo-phalangienne** avec la **tête des os métacarpiens**.

Cette même épiphyse montre sur son pourtour deux **renflements palmaires** pour les **ligaments collatéraux** et les **muscles interosseux**.

#### Épiphyse distale

L'**épiphyse inférieure** est conformée en **trochlée**. La poulie de la trochlée empiète sur la face palmaire. L'ensemble forme l'**articulation interphalangienne** :

- **Interphalangienne proximale** pour les doigts de II à V.
- Pour le pouce, on parlera simplement d'**articulation interphalangienne du pouce**.

Latéralement, le pourtour présente des rugosités correspondant à l'empreinte des **ligaments collatéraux**.

## Phalanges moyennes

Le pouce ne possède pas de phalange moyenne.

Les phalanges moyennes sont plus courtes que les phalanges proximales. Par contre, elle présente la même conformation que celle des phalanges proximales.

Leur épiphyse proximale participera à l'**articulation interphalangienne proximale**, tandis que leur épiphyse distale participera à l'**articulation interphalangienne distale**. Toutes deux sont des articulations trochléennes.

La **face palmaire du corps** accueille l'insertion du **muscle fléchisseur superficiel des doigts**.

Du **côté dorsal** de l'épiphyse proximale, vient s'attacher le **tendon médian du muscle extenseur commun des doigts**.

## Phalanges distales ou unguéales

L'extrémité proximale des phalanges distales est identique à celle de la phalange moyenne. Cette épiphyse s'articule avec la phalange précédente par :

- l'**articulation interphalangienne distale (pour les doigts II à V)**.
- l'**articulation interphalangienne du pouce (pour le doigt I)**.

Pour les **doigts II à V** :

- Du côté palmaire, on y trouve l'insertion palmaire du **tendon du muscle fléchisseur profond des doigts**.
- Du côté dorsale, viennent s'attacher les **deux faisceaux latéraux du muscle extenseur commun des doigts**.

Pour le **doigt I** :

- Du côté palmaire, on y trouve l'insertion du **tendon du muscle fléchisseur propre du I**.
- Du côté dorsale, vient s'attacher le **tendon du muscle long extenseur du I**.

Le corps des phalanges distales est très court.

L'extrémité distale des phalanges distales forme une sorte de bourrelet conformé en **croissant**. Cet élargissement est important puisqu'il va accueillir :

- La face palmaire rugueuse de cette phalange est convexe et supporte la **pulpe digitale**. Cette face palmaire est aussi appelée **palette digitale**.
- Sur sa face dorsale, qui est lisse, l'**ongle**. On appelle cette face, la **face sous-unguéale**.

Ceci termine la leçon consacrée aux phalanges de la main.