

## Baume Mouse.O.Soft

*Flacon de 50 ml avec bille applicatrice (roll-on)*

Lotion à base d'huiles pénétrantes entièrement composée de plantes et résines de plantes qui apaise les douleurs associées au Syndrome du Canal Carpien et en élimine les symptômes. Syndrome qui affecte de nombreux informaticiens et utilisateurs de jeux vidéo...mais pas seulement !

### **Le syndrome du canal carpien :**

Il s'agit d'une lésion qui affecte la main et le poignet. Le canal carpien est un espace délimité par les os du poignet et un ligament rigide qui relie ces os entre eux. Le nerf médian de la main et les tendons des muscles fléchisseurs des doigts passent par ce canal. Les tendons relient les muscles aux os de la main, c'est par eux que sont relayés les mouvements des muscles aux os.

Pour sa part, le nerf médian transmet les signaux par lesquels le cerveau contrôle les mouvements des doigts et de la main. Il achemine aussi, en sens inverse (de la main au cerveau), les informations de température, les sensations tactiles, la douleur et le contrôle de la transpiration de la main.

Les tendons des doigts entourent le nerf médian dans le canal carpien. Si les tendons enflent, l'espace du canal est réduit et le nerf médian, plus tendre que les tendons, se trouve comprimé. Cette compression fait apparaître les premières douleurs à la main et, sur la durée, elle peut occasionner une lésion du nerf médian. Celle-ci se traduit par une douleur parfois intense, un engourdissement, des picotements à la main et par une perte de dextérité. Cet ensemble de symptômes est appelé syndrome du canal carpien. Les personnes atteintes de ce syndrome éprouvent de la difficulté à faire certaines choses comme dévisser le bouchon d'une bouteille, boutonner un vêtement ou tourner une clef dans une serrure.

### **Causes du syndrome :**

La flexion du poignet et le mouvement des doigts font entrer en action les muscles et les tendons. Ainsi, en pliant un doigt, le tendon se déplace d'environ 3 à 4 cm. Les tendons de la main sont enrobés d'une gaine dans laquelle ils glissent. La paroi interne de cette gaine renferme des cellules produisant un liquide qui lubrifie les tendons.

Cette action lubrifiante est essentielle au bon fonctionnement des tendons. Lorsque la main exécute des mouvements répétitifs ou excessifs, le système de lubrification des tendons peut faire défaut, soit parce qu'il ne produit pas suffisamment de liquide, soit parce que les propriétés lubrifiantes de ce dernier laissent à désirer.

Quelle qu'en soit la cause, le manque de lubrification entraîne le frottement du tendon sur la gaine, ce qui

provoque l'inflammation du tendon. Le tendon étant plus volumineux, il comprime le nerf médian dans le canal carpien. Lorsque les inflammations se répètent, un tissu fibreux se forme, ce qui entraîne un épaississement de la gaine, qui en conséquence gêne le mouvement et le glissement du tendon. Dans les comportements de tous les jours, le syndrome du canal carpien est associé aux facteurs suivants :

- Mouvements répétitifs de la main et du poignet
- Positions non naturelles de la main
- Stress mécanique exercé sur la paume des mains
- Vibrations répétées sur de longues périodes

### **Symptômes du syndrome du canal carpien :**

Les symptômes sont des picotements au pouce, à l'index, au majeur et à l'annulaire aussi, des douleurs nocturnes à la main peuvent apparaître. Souvent les douleurs peuvent s'étendre au bras et à l'épaule. Dans les cas plus avancés, on peut ressentir des engourdissements et la perte de dextérité. La main peut aussi perdre de sa force et éprouve de la difficulté à pincer ou à saisir des objets. Enfin, la peau de la main peut devenir sèche à cause de la réduction de la transpiration.

Un problème répandu (pas seulement chez les informaticiens). Selon les statistiques de la Caisse nationale d'assurance maladie (CNAM - France), en l'an 2000, sur 32 000 cas de maladies professionnelles reconnues, 22 000 cas concernaient des Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) des membres supérieurs. De ceux-ci, 50% concernaient le poignet – 26% l'épaule – 20% le coude.

Certains métiers et activités sont évidemment plus à risque, pour en citer quelques uns; travailleurs de chaînes de montage (appareils électroménagers et électroniques) - travailleurs utilisant des ordinateurs (principalement la souris – Mouse) – Caissières en grande surface – Boulangers – Musiciens – Découpage de viande et poisson – Sportifs - etc. D'autres conditions peuvent être associées au syndrome: arthrite, diabète, goutte, etc.

### **Action du Baume Mouse.O.Soft :**

Le Baume Mouse.O.Soft est une lotion à base d'huiles pénétrantes composées de plantes et résines de plantes dont la puissante action anti-inflammatoire résorbe l'inflammation des tendons, ce qui réduit la pression mécanique des tendons exercée sur le nerf médian. Le baume soulage aussi la douleur associée à l'inflammation des tendons. Le Baume remplace avantageusement les traitements aux corticoïdes, sans les effets secondaires de ceux-ci.

### **Mode d'emploi :**

Appliquer le baume directement sur la main et le poignet deux à trois fois par jour. Bien frictionner afin de faire pénétrer la lotion. Appliquer le baume au plus tôt, dès les premières douleurs ou sensations de dérangement afin d'éviter les inflammations répétées qui provoquent la formation de tissu fibreux et l'épaississement de la gaine des tendons.

Si possible, cesser l'activité à risque pendant deux à trois jours afin de permettre la résorption de l'inflammation. On peut utiliser le baume de façon préventive.

**IMPORTANT** : Après l'application laisser pénétrer et évaporer, ne pas mettre sa montre au poignet. On peut mettre un vêtement qui n'est pas serré et qui laisse respirer. **Pour usage topique uniquement.**

Pour plus d'efficacité, il est conseillé de prendre de la vitamine E naturelle en dosage thérapeutique pendant le traitement. (100 à 150 mg/jour). Par la suite, en mode préventif un dosage quotidien de 50mg en continu.

**Composition :**

Olea Europaea Fruit Oil, Laurus Nobilis Leaf Oil, Anacyclus Pyrethrum Root Extract, Boswellia Serrata Gum, Curcuma Longa Rhizome Extract, Parfum, Polianthes Tuberosa Flower Oil, Citral, Citronellol, Eugenol, Linalool, Farnesol, Geraniol. (Extract = Extraction par vapeur d'eau)

