

Des prothèses miniatures pour l'arthrose de la main

Pouce. Efficaces contre la douleur, les implants ne permettent pas encore de retrouver toute sa mobilité.

Vous voyez la différence entre un Airbus et un planeur, ou entre un saint-bernard et un chihuahua ? Elle est du même ordre entre une prothèse de hanche et une du pouce. En cette matinée de septembre, dans le calme du bloc opératoire de la clinique Arago, à Paris, le Dr Christian Couturier a deux interventions à son programme : d'abord chez une femme mûre qui s'est blessé le pouce, puis chez une personne âgée qui souffre d'arthrose de ce doigt. Aux deux, il mettra en place une prothèse de cette articulation appelée trapézo-métacarpienne. L'implant en titane ressemble en tout point à une prothèse totale de hanche, sauf qu'il mesure 2,5 centimètres et pèse 5 grammes, alors que l'implant au niveau de l'aine est 10 fois plus long et 100 fois plus lourd. « *C'est de la chirurgie orthopédique miniature* », s'exclame un des confrères du Dr Couturier, croisé dans la salle de repos des praticiens. « *Nous ne sommes pas nombreux à opérer des mains arthrosiques, c'est encore nouveau* », nous explique Christian Couturier, qui exerçait jusqu'en 2018 au SOS Mains de l'hôpital privé de l'Ouest parisien, à Trappes, et développe cette activité à la clinique Arago – spécialisée dans la chirurgie osseuse et articulaire.



Précision. L'implant ressemble à une prothèse de hanche, en plus petit : 2,5 centimètres et 5 grammes.

L'arthrose est une maladie extrêmement fréquente, qui touche environ 10 millions de personnes en France, la plupart d'un âge avancé. Douleurs et gêne fonctionnelle affectent plus ou moins leur vie. Les genoux, les pieds et les mains sont les articulations le plus souvent atteintes, loin devant la hanche. Pourtant, ce sont les prothèses totales de cette grosse articulation qui sont, et de loin, les plus anciennes, le plus fréquemment posées, et celles qui offrent les plus gros bénéfices et la plus grande sécurité. « *C'est un Français qui a inventé la première prothèse du pouce, en 1971. Mais jusqu'au début des années 2000, elle ne tenait pas. Avec les derniers modèles, nous avons franchi un cap* », assure le chirurgien de la main, qui affiche « *96 % de bons résultats et une durée de vie de l'implant de quinze à vingt ans* ». L'opération est réalisée en une trentaine de minutes, sous anesthésie locorégionale, en ambulatoire, c'est-à-dire avec une sortie l'après-midi du jour de l'entrée dans l'établissement. Une attelle doit

ensuite être portée quelques jours seulement. Deux ren-dez-vous post-opératoires sont prévus, le premier, trois semaines après l'intervention et le second, trois semaines plus tard. Une simple autorééducation du pouce et de la pince de la main est conseillée. Plusieurs autres opérations sont possibles : des arthrodèses, c'est-à-dire des « *soudures* » des articulations distales des doigts, des ablations, des résections partielles ou des fusions d'os du poignet, des « *nettoyages* » par arthroscopie du poignet et du pouce...

Biomécanique. Quelle est la place exacte de cette chirurgie dans l'arthrose de la main, et qu'en pensent les médecins rhumatologues qui ne sont pas forcément de chauds partisans du bistouri ? « *Rien n'est parfaitement défini*, concède le Dr Couturier. *Je propose cette option chirurgicale à une minorité des patients que je vois en consultation. Ceux qui présentent une arthrose à un stade évolué, douloureuse et handicapante, après qu'ils ont essayé plusieurs autres traitements.* »

Parmi ceux-ci, plusieurs sont validés, mais pas toujours suffisants : les attelles de repos, la kinésithérapie, l'ostéopathie, les médicaments anti-douleur et anti-inflammatoires, les infiltrations, les injections d'acide hyaluronique dans le pouce, l'entretien physique. La méthode Pilates – un système d'activité physique – et le yoga ne sont pas validés, mais les patients rapportent que « *ça peut faire du bien* ». « *Je connais bien la mise*

en place d'une prothèse dans la rhizarthrose, ce n'est pas commun mais je la prescris à 2, 3 patients par an. Avant, ce n'était pas au point. Ils ont fait de gros progrès biomécaniques, témoigne le Dr Jacques Fechtenbaum, rhumatologue à Pantin. Les résultats sur les douleurs sont bons, pas parfaits sur la fonction. » « Cette arthrose de la base du pouce est extrêmement fréquente, seule une minorité doit être envoyée au chirurgien, confirme le Pr Yves Maugars, chef du service de rhumatologie au CHU de Nantes. La prothèse trapézo-métacarpienne calme les douleurs, c'est ce que les gens demandent. La force du pouce est diminuée. Les autres interventions pour rhizarthrose entraînent toutes une perte plus ou moins importante de la fonction. »



Chirurgie. Le Dr Christian Couturier pose une prothèse de l'articulation du pouce, à la clinique Arago, à Paris.

Expérimentales. Au niveau des doigts, les indications chirurgicales sont vraiment exceptionnelles, car les prothèses donnent des résultats très divergents. Certes, les arthroses rendent aux doigts leur aspect rectiligne et esthétique au lieu d'être crochus, font taire les douleurs, mais elles leur font perdre toute mobilité. « Les prothèses de poignet sont très expérimentales », prévient le Pr Mau-

gars.

Les risques de cette chirurgie sont globalement limités : l'infection nosocomiale est rare au niveau de la main ; léser un vaisseau ou un nerf relève de la maladresse. Garder des douleurs est finalement le principal échec. « C'est une chirurgie qui ne souffre pas l'imperfection. Il faut la faire bien et souvent, c'est alors assez simple et assez facile », assure Christian Couturier § ■

ARTHRORHÉ DE LA MAIN									
HÔPITAUX	CHU de Paris	CHU de Nantes	CHU de Bordeaux	CHU de Marseille	CHU de Lyon	CHU de Strasbourg	CHU de Montpellier	CHU de Toulouse	CHU de Clermont
1. Interphalangeale (MCP) - 1er doigt	40	20	10	10	10	10	10	10	10
2. Interphalangeale (MCP) - 2e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
3. Interphalangeale (MCP) - 3e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
4. Interphalangeale (MCP) - 4e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
5. Interphalangeale (MCP) - 5e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
6. Base du 1er doigt	40	20	10	10	10	10	10	10	10
7. Base du 2e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
8. Base du 3e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
9. Base du 4e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
10. Base du 5e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
11. Base du 1er doigt - 2e doigt	40	20	10	10	10	10	10	10	10
12. Base du 2e doigt - 3e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
13. Base du 3e doigt - 4e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
14. Base du 4e doigt - 5e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
15. Base du 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt	40	20	10	10	10	10	10	10	10
16. Base du 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
17. Base du 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
18. Base du 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt	40	20	10	10	10	10	10	10	10
19. Base du 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
20. Base du 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
21. Base du 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
22. Base du 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt	40	20	10	10	10	10	10	10	10
23. Base du 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
24. Base du 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
25. Base du 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
26. Base du 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt	40	20	10	10	10	10	10	10	10
27. Base du 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
28. Base du 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
29. Base du 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
30. Base du 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt	40	20	10	10	10	10	10	10	10
31. Base du 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
32. Base du 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
33. Base du 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
34. Base du 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt	40	20	10	10	10	10	10	10	10
35. Base du 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
36. Base du 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
37. Base du 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
38. Base du 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt	40	20	10	10	10	10	10	10	10
39. Base du 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
40. Base du 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
41. Base du 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
42. Base du 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt	40	20	10	10	10	10	10	10	10
43. Base du 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
44. Base du 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
45. Base du 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
46. Base du 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt	40	20	10	10	10	10	10	10	10
47. Base du 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
48. Base du 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
49. Base du 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
50. Base du 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt	40	20	10	10	10	10	10	10	10
51. Base du 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
52. Base du 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
53. Base du 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
54. Base du 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt	40	20	10	10	10	10	10	10	10
55. Base du 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
56. Base du 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
57. Base du 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
58. Base du 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt	40	20	10	10	10	10	10	10	10
59. Base du 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
60. Base du 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
61. Base du 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
62. Base du 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt	40	20	10	10	10	10	10	10	10
63. Base du 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
64. Base du 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
65. Base du 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
66. Base du 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt	40	20	10	10	10	10	10	10	10
67. Base du 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
68. Base du 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
69. Base du 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
70. Base du 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt	40	20	10	10	10	10	10	10	10
71. Base du 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
72. Base du 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
73. Base du 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
74. Base du 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt	40	20	10	10	10	10	10	10	10
75. Base du 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
76. Base du 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
77. Base du 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
78. Base du 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt	40	20	10	10	10	10	10	10	10
79. Base du 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
80. Base du 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
81. Base du 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
82. Base du 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt	40	20	10	10	10	10	10	10	10
83. Base du 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
84. Base du 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
85. Base du 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
86. Base du 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt	40	20	10	10	10	10	10	10	10
87. Base du 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
88. Base du 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt	20	10	10	10	10	10	10	10	10
89. Base du 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt - 1er doigt - 2e doigt - 3e doigt - 4e doigt - 5e doigt -									

