

## Hématome sous-unguéal

### Définition

Un hématome sous-unguéal, connu aussi sous le nom d’ongle noir ou rat dans le langage populaire, est une agglomération de sang sous l’ongle après une hémorragie survenue à la suite d’un choc et provoquant une douleur intense.

### Comment reconnaître un hématome sous-unguéal ?

Après un traumatisme, le sang se propage sous l’ongle et produit une pression qui accentue la douleur. La couleur de celui-ci passe du rouge au bleu pour finalement se noircir si le sang n’est pas extrait avant sa coagulation.

Si la zone colorée n’est pas importante, cet hématome va disparaître dans les jours qui suivent. Sinon, il faut agir rapidement pour éviter que le sang ne se propage et décolle l’ongle.

### Causes possibles

Les causes les plus fréquentes d’un hématome sous-unguéal est le coup de marteau ou le coincement du doigt dans la porte.

Les chaussures non appropriées, un ongle mal coupé, une position debout prolongée avec un appui constant sur l’ongle ou encore un choc brutal présentent aussi une source de cet hématome.

Ce sont les sportifs qui subissent fréquemment ce genre de blessures dûs aux chocs répétés aux pieds, comme les joueurs de foot, de handball, rugby ou encore les coureurs.



## Le traitement

Au moment du choc, procédez à refroidir le doigt en appliquant, dans l’immédiat, des glaçons sur le doigt pendant au moins 15 minutes. De préférence, les glaçons doivent être mis dans un sac en plastique et entouré par un linge.

Enlever le sac de glaçons de temps en temps pour ne pas causer des lésions.

Si les glaçons ne sont pas disponibles, penser à mettre le doigt sous l’eau froide pendant une dizaine de minutes.

À ce stade, c’est l’état de l’hématome qui décide de l’étape suivante. En effet, si l’hématome est important (>25%), il faut impérativement consulter un professionnel ; soit un dermatologue ou un podologue.

Toutefois, c’est possible de le faire soi-même. Pour cela, il faut désinfecter l’ongle avec de l’alcool 90. S’il y a une plaie, il faut utiliser des antiseptiques.

Toute en étant installée, la personne concernée doit mettre la main sur une table.

Apporter un trombone en métal, dont on va étaler et chauffer son extrémité au rouge sur une flamme de cuisinière.

Avec des petits coups, percer un petit trou au milieu de l’hématome. Le sang va sortir.

Le doigt est finalement soulagé.

Aucune douleur liée à la chaleur ne doit être ressentie. Si c’est le cas, alléger les coups.

Ne pas oublier de faire des examens pour se rassurer de l’état du doigt.