

## Accidents à la main avec un leash de surf :

### Comprendre les risques et les prévenir

**Le leash de surf est un accessoire essentiel pour la sécurité des surfeurs, permettant de retenir la planche en cas de chute. Cependant, si certaines précautions ne sont pas prises, il peut également être à l'origine de blessures à la main, parfois graves et irréversibles.**

La saison estivale est lancée et avec elle, les accidents saisonniers. Sur la côte Atlantique, une vingtaine d'accidents graves imputés directement au leash de surf sont recensés chaque année\*.

Malgré les bons conseils prodigués par les Ecoles de surf, les débutants ou les surfeurs peu aguerris peuvent se retrouver en difficulté une fois dans l'eau. En effet, par réflexe il peut paraître anodin de saisir la corde directement dans la main, hors une fois dans les vagues, la corde peut se tendre et avec la force de l'eau et la pression de la planche, blesser gravement la main allant jusqu'à arracher un ou plusieurs doigts.

#### Les blessures et les facteurs de risque

« *Le leash peut engendrer plusieurs types de blessures à la main* », explique le Dr Benjamin Sommier, chirurgien de la main aux Urgences de la main de l'Hôpital Privé Saint-Martin de Pessac (Groupe ELSAN).

« *Cela peut aller de la simple entorse à la fracture, mais le leash peut également occasionner des coupures, des lacérations ou une amputation, particulièrement lorsque la planche est propulsée par les vagues. Une fois le doigt arraché et perdu dans l'eau, nous ne pourrions que nettoyer la plaie et la refermer.* »

Plusieurs facteurs de risque peuvent être responsables de ce type d'accidents. Tout d'abord une mauvaise utilisation du leash : ne pas porter le leash à la bonne taille ou l'enrouler autour de la main ou du poignet est un facteur de risque important. Ensuite, les surfeurs débutants sont plus exposés à ce type d'accidents, car ils ne maîtrisent pas encore parfaitement les techniques de chute et de récupération de la planche. Le risque d'accident est également accru dans les vagues fortes ou lors de conditions météorologiques difficiles.

#### Prévenir les accidents à la main avec un leash de surf :

- Tout d'abord, le plus important, porter le leash correctement : il doit être attaché à la cheville, à la hauteur de la malléole. Ne jamais l'attacher au poignet ou à la main.

- Ensuite, choisir un leash adapté : il doit être de la bonne taille et adapté à votre morphologie et à votre style de surf. Il est important de bien lire les instructions du fabricant.
- Apprendre les techniques de chute et de récupération de la planche : Il est important de savoir comment tomber et récupérer sa planche en toute sécurité pour minimiser le risque d'accident. Le meilleur moyen lorsque l'on est débutant, est de faire appel à une Ecole de surf.
- Surfer dans des conditions adaptées à votre niveau : Ne vous aventurez pas dans des vagues trop puissantes ou des conditions difficiles si vous n'êtes pas suffisamment expérimenté.

**En conclusion, le leash de surf est un accessoire essentiel pour la sécurité des surfeurs, mais il est important de l'utiliser correctement et de prendre conscience des risques potentiels pour éviter les accidents au niveau de la main. N'oubliez pas de choisir un leash adapté, de le porter correctement, de l'inspecter régulièrement et de surfer dans des conditions adaptées à votre niveau. Si vous débutez, n'hésitez pas à faire appel à une Ecole de surf, qui saura vous accompagner en vous donnant de précieux conseils.**

**En cas d'accident, nettoyez abondamment la plaie à l'eau claire et si la blessure est grave (fracture, entorse importante, etc.), consultez un médecin rapidement.**

**Les Urgences de la main et du poignet de l'Hôpital Privé Saint-Martin de Pessac sont ouvertes 7j/7 et 24h/24.**

\* Données sur [www.surf-report.com/news/autres/leash-accessoire-surf-article-735429156.html](http://www.surf-report.com/news/autres/leash-accessoire-surf-article-735429156.html)

L'Hôpital Privé Saint-Martin est un établissement du Groupe Elsan, leader de l'hospitalisation privée en France. Il compte près de 440 collaborateurs dont 104 médecins, et des équipes pluridisciplinaires en support (psychologue, assistante sociale, diététicienne, etc.) La structure dispose de 266 lits et places et est dotée d'un service d'urgence Mains 24h/24 – 7j/7j, d'un plateau technique très performant, et répond aux besoins de santé de la population grâce à des pôles de référence en Médecine (Cardiologie interventionnelle et médicale, Néphrologie, Gastro-entérologie) et Chirurgie (en particulier en Orthopédie avec le Centre Aquitain du Dos, l'Institut Aquitain de la Main, le Centre de l'Epaule, la chirurgie de la hanche, du genou, du pied et de la cheville) ainsi qu'en Soins de Suite et de Réadaptation (SSR), Dialyse, etc. L'Hôpital Privé Saint-Martin prend en charge près de 12 000 passages aux urgences mains/an et plus de 29 000 patients/an.