

TECHNIQUES DISCALES SPECIFIQUES

jours de l'Est Parisien 2011

Arnaud Cerioli
MK praticien libéral
Cadre pédagogique au CEERRF
Formateur ITMP

INTRODUCTION

Modèles de traitement d'une limitation articulaire douloureuse

```
graph TD; A[Limitation d'amplitude] --> B[modèle facettaire  
« replis méniscoïdes »]; A --> C[modèle discal  
Principes « Mc Kenzie »]; A --> D[Modèle neuro-moteur  
-inhibition agonistes  
-Contractures antagonistes];
```

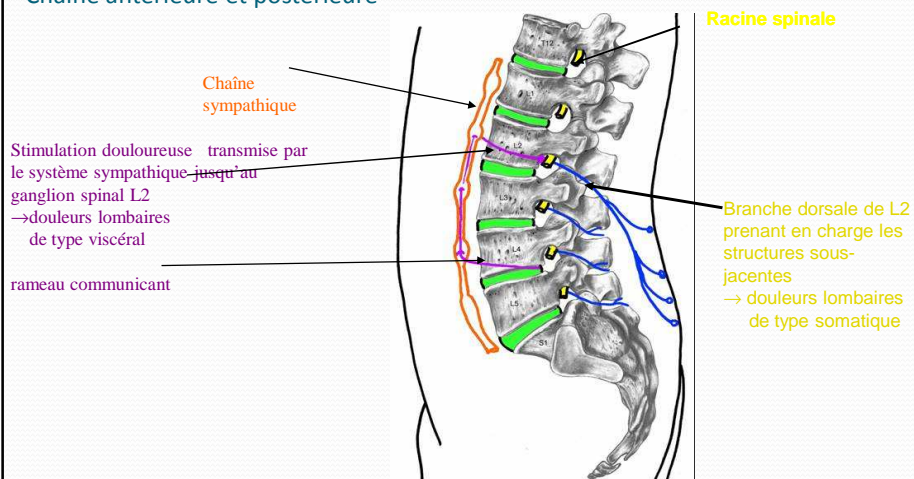
The diagram is a hierarchical flowchart. At the top is a blue rounded rectangle containing the text 'Limitation d'amplitude'. A vertical line descends from this box and connects to a horizontal line. From this horizontal line, three vertical lines lead down to three separate blue rounded rectangles. The first box on the left contains 'modèle facettaire' and '« replis méniscoïdes »'. The middle box contains 'modèle discal' and 'Principes « Mc Kenzie »'. The third box on the right contains 'Modèle neuro-moteur', '-inhibition agonistes', and '-Contractures antagonistes'.

1/ La douleur discale

- Ces douleurs sont diffuses, en barre, mal systématisées et concernent toute la région lombo-fessière
- Ce type de douleur est à rapprocher de la douleur thoracique diffuse de l'infarctus du myocarde ou de la douleur de l'hypochondre droit avec irradiations scapulaires de la colique hépatique

1/ La douleur discale

Chaîne antérieure et postérieure



1/ La douleur discale

CLASSIFICATION EN SYNDROMES (Mc Kenzie®)

- DERANGEMENT (80%)
 - = Déplacement interne de tissu articulaire
 - Clinique variable, changeante fonction des postures et des mouvements (coté, somatique, radiculaire...)
 - Incapacité fonctionnelle possible et perte d'amplitude
 - Déformation aigue possible (« shift »)
 - Tests répétés AUGMENTANT OU AMELIORANT

- DYSFONCTION
 - = déformation mécanique (fibrose, rétractions...)
dégénérative ou traumatique
 - Douleur intermittente et locale dans une direction limitée en fin d'amplitude: produit/ pas empiré après le mouvement
 - Possible >6 à 8 semaines d'évolution
 - ARN

- POSTURAL

= déformation mécanique ou insuffisance vasculaire
(positions maintenues)

- Douleur en fin d'amplitude prolongée (« avachie »)
- Pas de douleur au mouvement
- Pas de perte d'amplitude

2/ les techniques spécifiques

- Auto-mobilisations
- Mobilisations en « pompes articulaires »
- Lumbar roll
- Ergonomie

→ Choix dépendant de la réponse symptomatique++

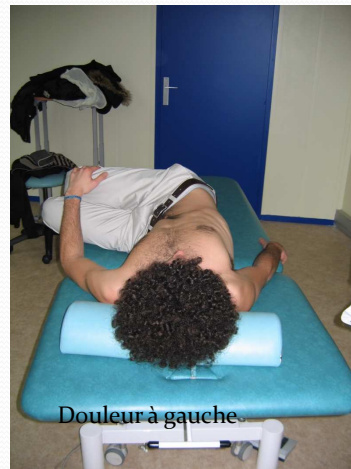
Auto-mobilisations plan sagittal

type Mc Kenzie®



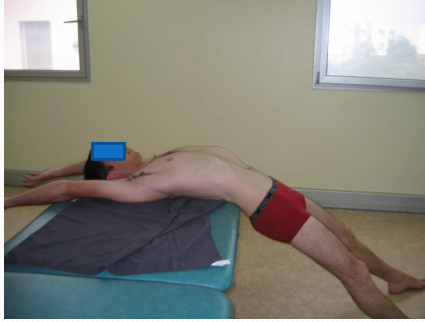
Auto-mobilisations plan frontal et basal

type Mc Kenzie®



Auto-mobilisations

douleur centrale ou bilatérale



cerioli

Auto-mobilisations

douleur infra-latérale

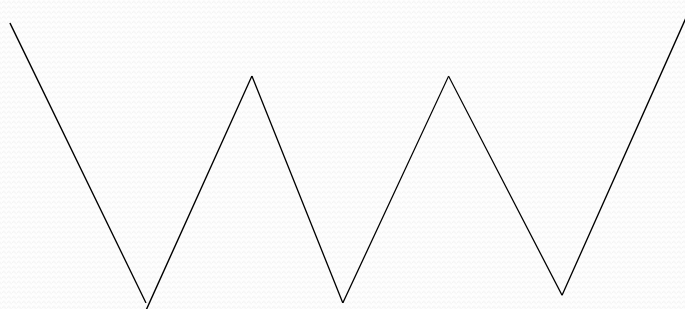


cerioli

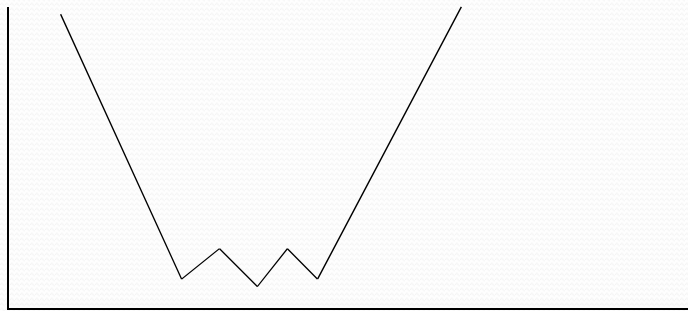
Pompages articulaires type Maitland®



Grade 3 de Maitland®

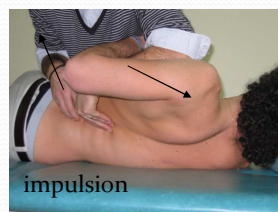


Grade 4 de Maitland®



Lumbar roll

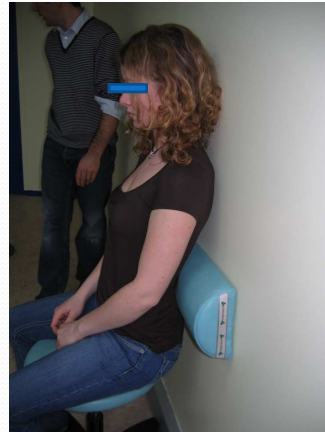
règle de la non douleur et en l'absence de hernie discale



Ergonomie

Auto-Postures en extension

oreillers, coussins de canapé, apprentissage du verrouillage lombal (Dorard)...



CONCLUSION

- Stratégie « discale » fondamentale dans l'approche des rachialgies
- Techniques myotensives préalables (levées de tension, inhibition musculaire)
- Renforcement musculaire plus « confortable » a posteriori

références

- Technique de McKenzie dans la lombalgie, Kerkour K., Meier J.L., Kinésithérapie-Médecine physique-Réadaptation [26-076-A-10], 2003
- Site internet « Mc Kenzie.fr »
- The Spine: Basic Evaluation and Mobilization Techniques, Kaltenborn F., Orthopedic Physical Therapy, 2009
- Maitland, GD, Manipulation vertébrale. (5 e éd.), Londres: Butterworths, 1986
- Mobilisations spécifiques, Ghossoub P., Dufour X., Barette G., Montigny JP., EMC 26-071-A-10, 2009
- Atlas de techniques articulaires ostéopathiques, tome 3, Tixa S., Ebenegger B., Paris, Masson, 2006
- Prise en charge kinésithérapique du lombalgique (conférence de consensus), ANAES, 1998
- Rééducation des patients lombalgiques en fonction de l'étiologie, Dufour X., Barette G., Ghossoub P., Trontte G., KS n°513, septembre 2010
- Éducation vertébrale, Troisier O., Dorard A., Redont M.J., Masson, Paris, 2002