



Algorithme décisionnel pour les dérangements d'épaule

Basé sur les travaux de Scott Herbowy dip MDT

Deneuille Jean-Philippe
deneuillejp.mdt@gmail.com

www.afmck.fr

Introduction

- M. Scott Herbowy, formateur américain avec une très grande expérience, a observé au sein de son cabinet des schémas pathologiques au niveau de l'épaule.
- Il ne s'agit pas d'une «recette de cuisine» à appliquer de manière rigide. Il s'agit d'une base de réflexion pouvant permettre de débiter un peu plus sereinement l'évaluation et le traitement de cette articulation.
- Il distingue trois schémas différents.

www.afmck.fr

Schéma 1

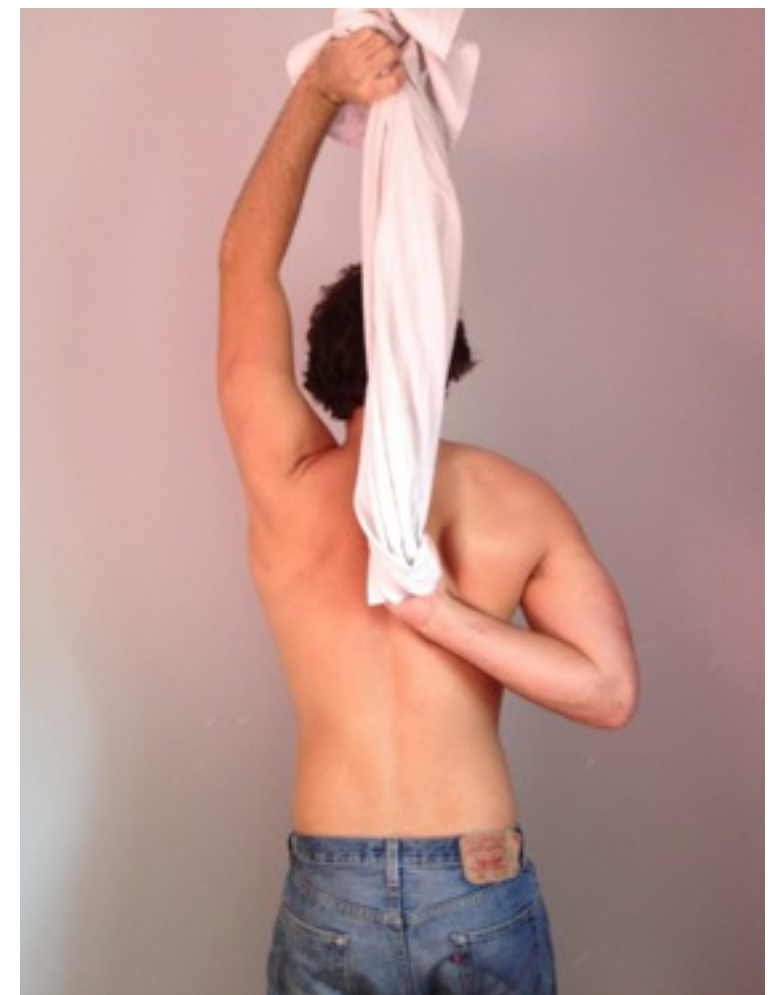
Mouvements limités et/ou douloureux	ABD et flexion RI main dans le dos et extension
Préférence directionnelle	RI main dans le dos ou extension Tester le mouvement le plus limité/ douloureux
Progression	Progression des forces (exercices en annexe) Tester l'autre mouvement Combinaison des deux
Mouvements aggravants	RE, RE en élévation à 90°
Muscles inhibés	Rotateurs externes

Schéma 1

- Si l'épaule est limitée de telle sorte que le patient n'arrive pas à atteindre la ligne médiane main dans le dos, il faut commencer par l'extension.
- C'est le schéma le plus classique pour l'épaule.
- Il n'y a aucune étude réalisée pour déterminer la prévalence de ce schéma, mais pour Scott Herbowy 5-6/10 patients, sur la base de son expérience personnelle, répondent de cette manière.

www.afmck.fr

RI



www.afmck.fr

Extensions



Si l'extension est à utiliser, Scott Herbowy la testera main vers le plafond en premier.

www.afmck.fr

Variantes extensions

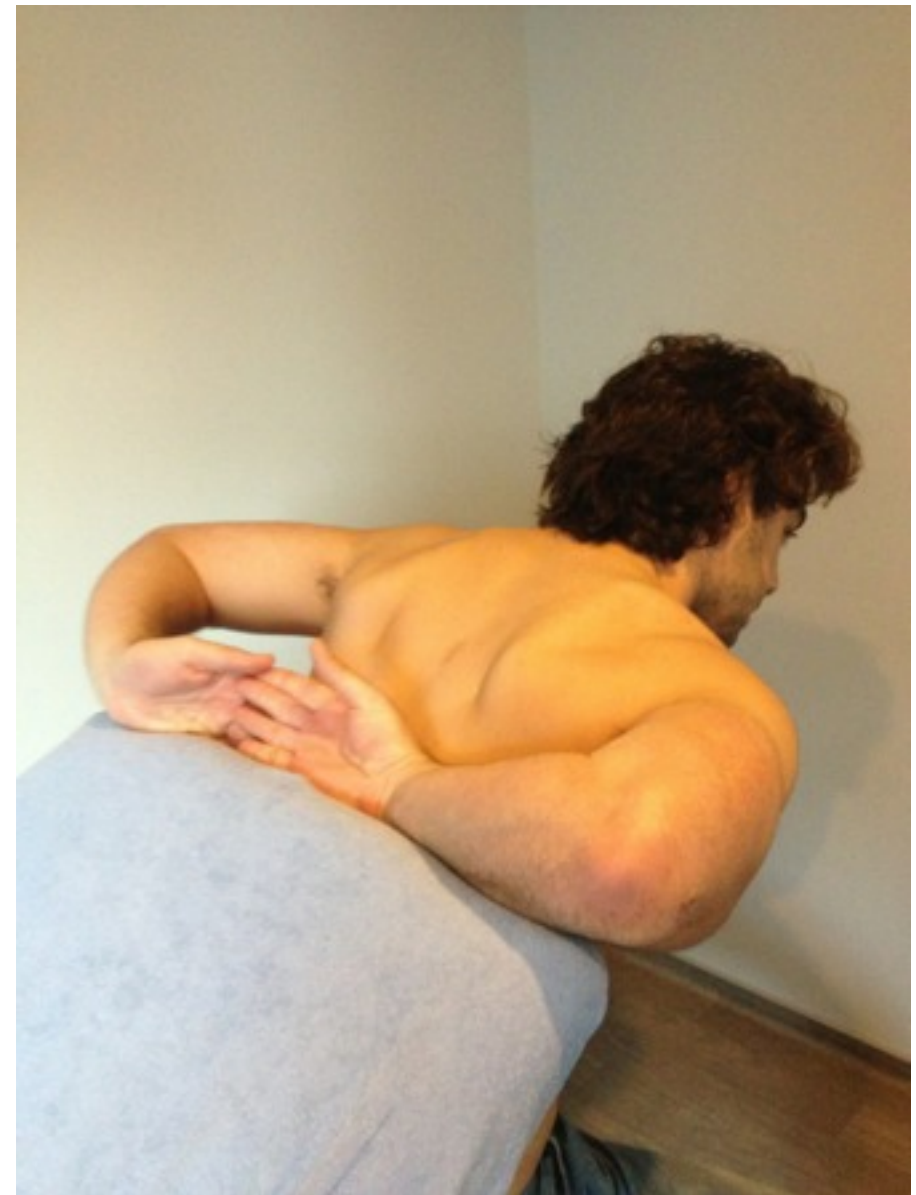


Main vers le sol



www.afmck.fr

Combinaison RI + Ext



www.afmck.fr

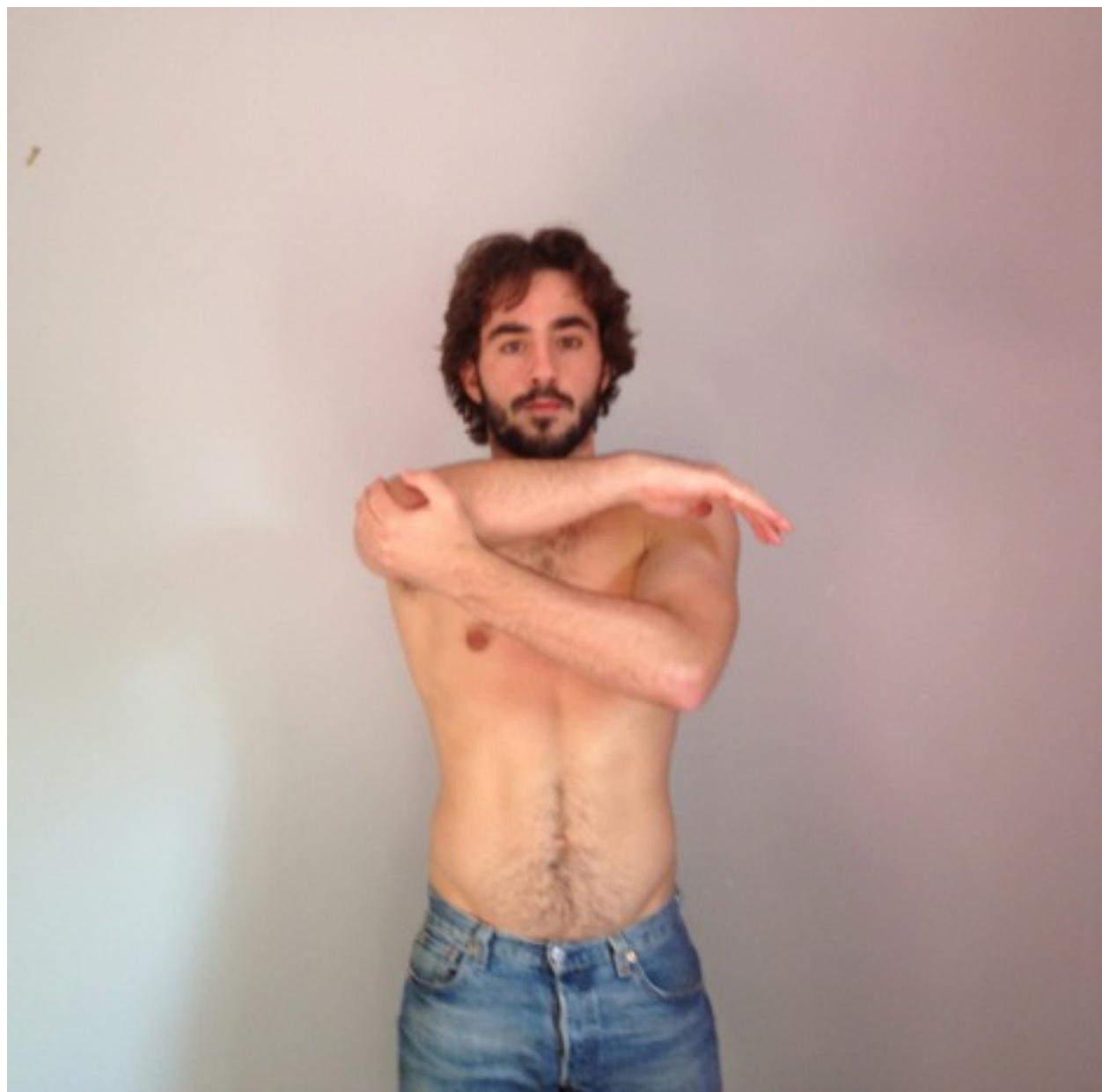
Schéma 2

Mouvements limités et/ou douloureux	ABD et flexion RI et extension «libres»
Préférence directionnelle	Adduction horizontale
Progression	Voir exercices en annexe
Mouvements aggravants	Abduction horizontale
Muscles inhibés	Aucun

- Selon Scott Herbowy 2-3/10 patients.
- 2ème présentation, la plus commune.

www.afmck.fr

Adduction horizontale



www.afmck.fr

Surpression Add horizontale



www.afmck.fr

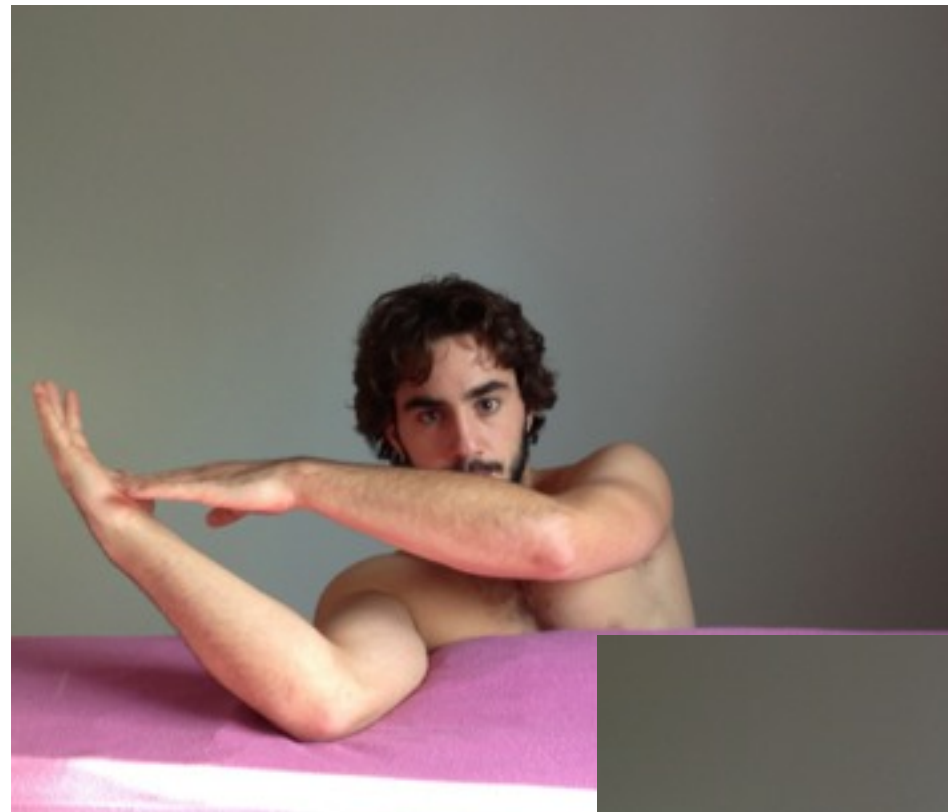
Schéma 3

Mouvements limités et/ou douloureux	ABD et flexion RI main dans le dos et extension mais la répétition de l'un ou l'autre aggrave
Préférence directionnelle	RE en élévation à 90°
Progression	Voir exercices en annexes Ajouter progressivement de l'adduction horizontale
Mouvements aggravants	RI main dans le dos, extension
Muscles inhibés	?

- 1/10 patients, selon Scott Herbowy.

www.afmck.fr

RE



www.afmck.fr

Positions de départ RE



Ajouter de l'adduction
horizontale



www.afmck.fr

Lien entre S1 et S2

- Selon Scott Herbowy, le schéma 1 peut se «transformer» en schéma 2.
- Il est intéressant, en cas de plateau chez un patient classé dans le schéma 1, avec une RI/Ext «débloquée», de tester l'add horizontale.

Dérangement irréductible

- Comme pour la colonne. Tous les mouvements empirent ou sont sans effet sur la présentation clinique.

www.afmck.fr

Abd et élévation limitée et douloureuse

RI et ext limitées et
douloureuses

↓ **Schéma 1**

RI/ext améliore et RE
empire

PD en RI ou ext

↓ **Schéma 3**

RI/ext empire et RE
améliore

PD en RE à 90° de
flexion

RI et ext libres

↓ **Schéma 2**

PD en add
horizontale

- Ces schémas sont des observations faites par un kinésithérapeute. Il ne s'agit pas de résultats d'étude. Il est possible de trouver des dérangements d'épaule ne rentrant pas dans ces trois schémas.
- Et n'oubliez pas: la classification est l'étape la plus importante. Dans le doute il faut faire le mouvement opposé pour voir si cela **aggrave**.

- Selon Scott Herbowy, les dérangements d'épaule sont **très longs** à se stabiliser.
- Le patient doit faire ces exercices pendant au moins trois mois sur le même rythme puis diminuer progressivement.

- Lors de la dernière conférence des Amériques un patient évalué à répondre à l'inverse du pattern 2 (CAD en abd horizontal)
- Un autre classé en pattern 1 a répondu partiellement à la RI et a aboli complètement après l'introduction de RI résisté (avec terraband).
- Ces deux exemples montrent qu'il faut rester imaginatif!!!



Liens intéressants

- <http://www.youtube.com/watch?v=w0kSRHACw5M>
- http://www.youtube.com/watch?v=Ecga_FHd754&feature=related

www.afmck.fr