TRUCS et ASTUCES



Jacky OTERO Congrès Lyon 2014

Première partie

Intérêt du renforcement musculaire dans la Préférence Directionnelle comme force alternative

Objectifs initiaux

- Voir si la contraction musculaire dans le sens de la Préférence Directionnelle a une place dans le traitement d'un dérangement.
- Définir les sous groupes qui peuvent en profiter.

Le besoin des patients

- Certains patients centralisent mais n'arrivent pas à abolir seul
- D'autres n'arrivent pas à stabiliser la réduction d'un dérangement
- Et enfin certains ne sont pas améliorés par les forces alternatives, ni les progressions de forces classiques

Nos réponses habituelles aux besoins des Patients

- Les progressions de forces classiques :
 - Surpression du patient
 - Accessoires (Ceinture, ballon, coussin)
 - Surpression du thérapeute
- Mobilisation du thérapeute
- Manipulation du thérapeute
- Les forces alternatives à notre disposition :
 - Le passage en décharge
 - Le passage en charge
 - Postures statiques

PD en Extension Lombaire et Thoracique basse





POSITION DE DEPART

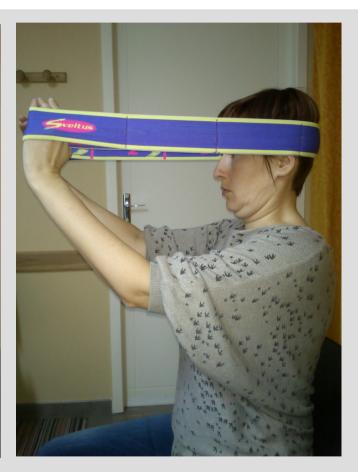
POSITION D'ARRIVEE

Intermittent = 6 secondes de travail / 6 s de repos x10 Statique = progressivement => 3' hommes et 3'30 femmes

PD en Rétraction Cervicale







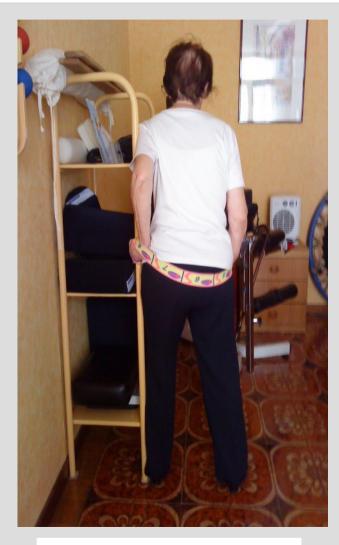
Mise en place

Rétraction

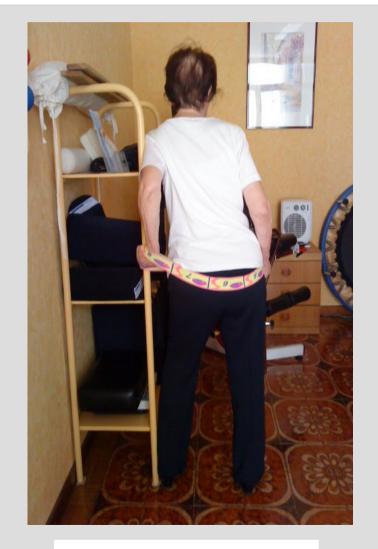
Tension

Intermittent = 6 secondes de travail / 6 s de repos x10

PD en Glissement Latéral



Mise en place



Mise en tension

PD en Rotation Thoracique



POSITION DEPART



Angle de MUR

POSITION ARRIVEE

PD en Extension Thoracique



POSITION DEPART



POSITION ARRIVEE

PD en rotation interne de hanche



Mise en place



Mise en tension

Intermittent = 6 secondes de travail / 6 s de repos x10

PD en extension de genou



Mise en place

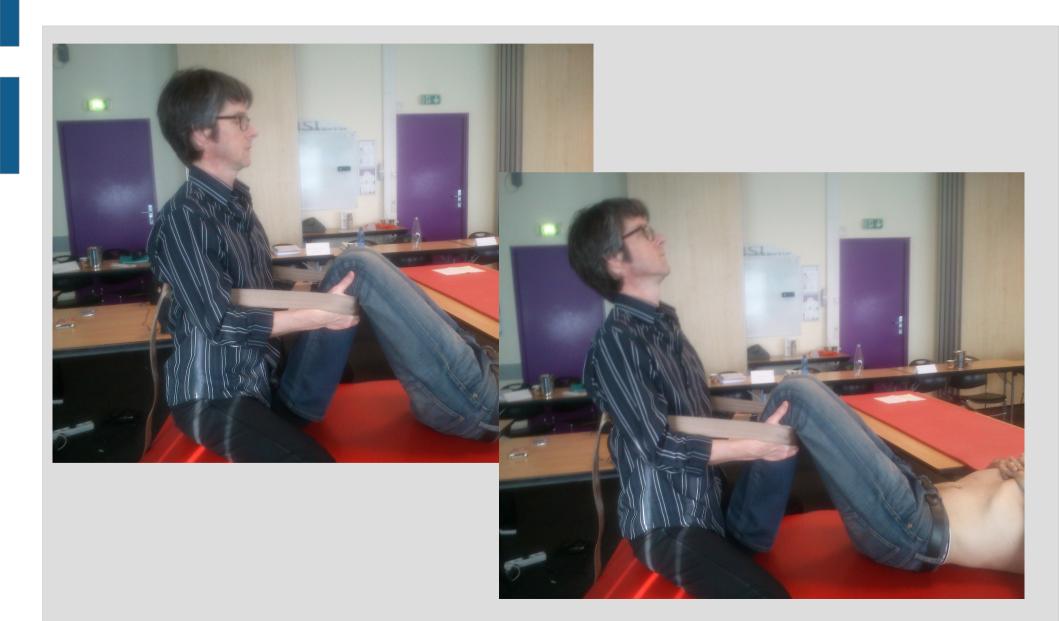


Mise en tension

Deuxième partie

Alternative au MDT en cas d'incapacité à trouver une PD

Traction lombaire en décubitus



Traction lombaire en Procubitus

- Patient à plat ventre sur la table
- MK au pied du patient
- Attraper les deux chevilles
- Soulever les membres de 20 à 30°
- Traction dans l'axe = laisser le poids du corps partir en arrière

ET VOUS ?

- Quelles solutions avez-vous trouvées ?
- Dans quelles conditions ont-elles fonctionnées ?
- Qu'ont-elles permis de faire ensuite ?