



PROGRAMME DETAILLE Rééducation des douleurs aiguës pelvi-périnéales
--

1- Publics concernés : MK

2- Justification du choix des publics :

Le MK est le professionnel de santé qui, sur prescription médicale, va prendre en charge les troubles fonctionnels douloureux aigus du petit bassin, en particulier pelvi-périnéaux. Ce programme doit lui permettre de s'approprier les techniques de traitement antalgique pour traiter ces déficiences du patient âgé et rendre celui-ci autonome afin de répondre à sa souffrance dans un contexte de remaniements tissulaires, de vieillissement et de fréquente diminution des activités (douleurs du petit bassin liées à la restriction de celles-ci).

→ Population cible à risque : personne âgée

3- Orientations prioritaires :

Orientation N° 3 : « amélioration de l'évaluation, du traitement et de la prise en charge de la douleur »

4- Modes d'exercice :

Libéral, salarié

5- Action spécifique : non

6- Résumé et objectifs :

En pratique quotidienne, les praticiens kinésithérapeutes sont fréquemment amenés à traiter des patients présentant des douleurs aiguës engendrées par des névralgies périnéo-pelviennes souvent invalidantes. L'abord manuel du ventre est exclusivement extra-cavitaire grâce à une thérapeutique manuelle et des conseils d'hygiène de vie visant à traiter les dysfonctions neurales et neurovégétatives.

Cette formation vous permettra de :

- Comprendre la physiopathologie des douleurs pelvi-périnéales et notamment : douleurs pelvi-périnéales fonctionnelles, névralgies pudendales, clunéales, syndromes myofasciaux
- Savoir élaborer le diagnostic kinésithérapique nécessaire à la mise en place de ce traitement



- Comprendre et réaliser les techniques, méthodes, protocoles de rééducation validés
- Mettre en application des démonstrations pratiques
- S'adapter aux spécificités de la personne âgée : particularités du vieillissement des tissus conjonctifs, liens avec la sédentarité éventuelle et ses effets sur les tissus, liens entre la prise en charge des douleurs conjonctives et l'amélioration/le maintien des activités du patient vieillissant, précautions techniques nécessaires (pressions adaptées, amplitudes, sollicitations actives du petit bassin...)

7- Prérequis pour y participer : aucun

8- Documents de description de l'action :

Il s'agit d'un **programme de 21h** comportant :

- Une évaluation de type QCM pré et post-formation (durée libre) (annexe 1)
- Un parcours de formation continue en présentiel de 21h

Programme Présentiel (21 heures)

SEQUENCE 1 3H

Objectif de cette séquence : appréhender les liens mécaniques entre le périnée et le reste du corps lors de sa fonction au quotidien et lors de troubles fonctionnels douloureux aigus de la personne âgée

Contenus :

- Apport anatomique et physiologique
- Démembrement clinique des différents types de douleur aigues de la sphère pelvi périnéale, dyspareunies, douleurs chroniques et endométriose
- Bilan, examens cliniques et explorations fonctionnelles : la description des formes de douleur et des impacts permet de définir l'intérêt clinique de l'entretien et de l'examen, mais aussi les limites et les niveaux de preuve en lien avec la douleur (1h)
- Spécificités de la personne âgée : particularités du vieillissement des tissus conjonctifs, liens avec la sédentarité éventuelle et ses effets sur les tissus, liens entre la prise en charge des douleurs conjonctives et l'amélioration/le maintien des activités du patient vieillissant, précautions techniques nécessaires (pressions adaptées, amplitudes, sollicitations actives du petit bassin...) (2h)

Durée : 3 heures

Méthode : pédagogie de type explicative et démonstrative, vidéos intégrées

Evaluation : QCM de fin de la formation, questions orales au décours

SEQUENCE 2 4H



Objectif de cette séquence : appréhender la place du kinésithérapeute en rapport avec le traitement des troubles fonctionnels douloureux aigus de la personne âgée

Contenus :

- Présentation des traitements médicamenteux et chirurgicaux pour comprendre l'intérêt et les limites mais aussi rôle du kinésithérapeute et l'interaction avec les différents professionnels (30 minutes)
- Approche globale et pluridisciplinaire et rôle « anti-douleur » du kinésithérapeute au sein de l'équipe (gynécologue, infirmière, neurologue et chirurgien...) (30 minutes)
- Description des techniques de rééducation, des traitements du tissu conjonctif et des muscles du plancher pelvien à visée antalgique. Complément de ces traitements par les techniques de physiothérapie (électrothérapie, endermologie et tecarthérapie notamment dans le cas de l'endométriose). (1h)
- Raisonnement clinique en fonction des signes cliniques initiaux et des réponses symptomatiques. Définition d'une progression des paramètres dans le traitement et de la stratégie antalgique en fonction des attentes de la patiente. (1 heure)
- Spécificités de la personne âgée : particularités du vieillissement des tissus conjonctifs, liens avec la sédentarité éventuelle et ses effets sur les tissus, liens entre la prise en charge des douleurs conjonctives et l'amélioration/le maintien des activités du patient vieillissant, précautions techniques nécessaires (pressions adaptées, amplitudes, sollicitations actives du petit bassin...) (1 heure)

Durée : 4 heures

Méthode : pédagogie de type explicative et démonstrative, vidéos intégrées

Evaluation : QCM de fin de la formation, questions orales au décours

SEQUENCE 3 3H

Objectif de cette séquence : appréhender les troubles fonctionnels aigus douloureux tels que les dyspareunies, vestibulodynie ou le vaginisme chez la personne âgée

Contenus :

- Dyspareunie, vestibulodynie, vaginisme : description de chaque type de douleur spécifique pour aider les patientes à identifier leur syndrome spécifique. (1h)
- Techniques kinésithérapiques : description et principes des techniques exo-cavitaires et endocavitaires. Discussion autour des niveaux de preuve de chaque technique séparément et d'un traitement intégrant ces différentes techniques. L'éducation progressive de la main nécessite une appropriation des concepts et éléments à rechercher pour obtenir la meilleure efficacité (1h)
- Spécificités de la personne âgée : particularités du vieillissement des tissus conjonctifs, liens avec la sédentarité éventuelle et ses effets sur les tissus, liens entre la prise en charge des douleurs conjonctives et l'amélioration/le maintien des activités du patient vieillissant,



précautions techniques nécessaires (pressions adaptées, amplitudes, sollicitations actives du petit bassin...) (1h)

Durée : 3 heures

Méthode : pédagogie de type explicative et démonstrative, vidéos intégrées

Evaluation : QCM de fin de la formation, questions orales au décours

SEQUENCE 4 4H

Objectif de cette séquence : appréhender les protocoles antalgiques en rapport avec le traitement des troubles fonctionnels douloureux aigus tels que les Dyspareunie, vestibulodynie, vaginisme chez la personne âgée

Contenus :

- Protocoles de prise en charge antalgique : description et principes, niveaux de preuve (1h)
- Approche psychologique et rôle du kinésithérapeute dans la gestion de la douleur pour maintenir l'identité et l'intégrité des personnes ayant des troubles et douleurs de sphère intime. (1h)
- Spécificités de la personne âgée : particularités du vieillissement des tissus conjonctifs, liens avec la sédentarité éventuelle et ses effets sur les tissus, liens entre la prise en charge des douleurs conjonctives et l'amélioration/le maintien des activités du patient vieillissant, précautions techniques nécessaires (pressions adaptées, amplitudes, sollicitations actives du petit bassin...) (2h)

Durée : 4 heures

Méthode : pédagogie de type explicative et démonstrative, vidéos intégrées

Evaluation : QCM de fin de la formation, questions orales au décours

SEQUENCE 5 3H

Objectif de cette séquence : maîtriser les gestes pratiques du bilan algique en lien avec troubles fonctionnels douloureux aigus chez la personne âgée

Contenus :

Apprentissage :

- des repérages cutanés osseux (lombaires, sacrum et Ilium, massifs articulaires postérieurs, pubis, muscles de la zone abdominale et périnéo-pelvienne par voie externe) (1h)
- du repérage palpatoire par voie externe :
 - ✓ Analyse palpatoire avec identification des dysfonctions musculaires, neurales, viscérales et articulaires (30 minutes)
 - ✓ Examen neural abdominal et pelvien (plexus sacré, lombaire, coccygien et nerfs pudendaux). Examen des dermatomes, du myotome et des réflexes par les tests cliniques en vue de définir l'étiologie responsable de la douleur et proposer un



diagnostic différentiel structurel lorsque cela est possible. Ce diagnostic permet d'affiner la mise en place des protocoles (30 minutes).

- ✓ Spécificités de la personne âgée : particularités du vieillissement des tissus conjonctifs, liens avec la sédentarité éventuelle et ses effets sur les tissus, liens entre la prise en charge des douleurs conjonctives et l'amélioration/le maintien des activités du patient vieillissant, précautions techniques nécessaires (pressions adaptées, amplitudes, sollicitations actives du petit bassin...) (1h)

Durée : 3 heures

Méthode : pédagogie de type explicative et démonstrative, vidéos intégrées

Evaluation : QCM de fin de la formation, questions orales au décours

SEQUENCE 6 4H

Objectif de cette séquence : maîtriser les techniques antalgiques en rapport avec le traitement des troubles fonctionnels douloureux

Contenus :

- Abord du contenant : pratique des techniques articulaires et musculaires intéressant l'appareil locomoteur de la zone en lien avec le système viscéral (mobilisations de la sacro-iliaque et de la symphyse pubienne, levées de tension des muscles abdominaux, fessiers, piriforme, adducteurs, psoas, releveur de l'anus, coccygien, transverse du périnée) (2h)
- Abord du contenu :
 - thérapie manuelle par neurostimulation des nerfs glutéaux, pudendal, obturateur, ilio-hypogastrique, ilio-inguinal, génito-fémoral, coccygiens
 - thérapie manuelle par abord du système neuro-végétatif (système sympathique lombaire et parasympathique sacré) (1h)
- Conseils d'hygiène de vie : activités physiques, posture adaptée aux spécificités de la personne âgée : particularités du vieillissement des tissus conjonctifs, liens avec la sédentarité éventuelle et ses effets sur les tissus, liens entre la prise en charge des douleurs conjonctives et l'amélioration/le maintien des activités du patient vieillissant, précautions techniques nécessaires (pressions adaptées, amplitudes, sollicitations actives du petit bassin...) (1h)

Durée : 4 heures

Méthode : pédagogie de type explicative et démonstrative, vidéos intégrées

Evaluation : QCM de fin de la formation, questions orales au décours

DESCRIPTIF DES TRAVAUX PRATIQUES

- *Démonstration pratique par le formateur : hygiène et spécificité des locaux, installation et contact avec le patient.*
- *Démonstration sur "bassin de démonstration" de l'examen périnéal, du testing manuel et instrumental permettant une reproduction fiable pour le praticien. C'est une reproduction de très*



haute qualité comportant les têtes fémorales, le sacrum, le coccyx et le plancher pelvien. Ce dernier est constitué de structures synthétiques avec reproduction des appareils génital et anal (Le formateur n'a pas de conflit d'intérêt avec la société)

- Supports diaporama et video
- Etude de cas - Etude de dossiers apportés par les stagiaires

- Supports utilisés : PPS, paper board, vidéos, squelette en plastique
- Modèle d'apprentissage béhavioriste concernant les enseignements fondamentaux
- Modèles d'apprentissage constructiviste et socio-constructiviste concernant les études de cas

Type de support pédagogique remis au stagiaire et contenu : articles et revus de littérature, diaporama PPT et PDF

- **QCM post-formation (annexe 1)**

Ce questionnaire permet au formateur d'évaluer les connaissances du public en fin de FC et donc de visualiser les progrès de chacun : Durée libre

9- Justification des méthodes et formats :

Méthode FC: formation présentielle : cette méthode nous a paru la seule appropriée pour développer des gestes techniques accompagnant des cours théoriques. La durée de 21H est nécessaire et suffisante compte-tenu des objectifs à atteindre.

10- Questionnaires de satisfaction (annexe 2)

Ils portent sur :

- La satisfaction par rapport au contenu de la formation (intérêt, exploitation possible...)
- La satisfaction par rapport à l'organisation (lieu, horaires...)

Ils sont à remplir en ligne sur la plate-forme.



Annexe 1 Evaluation Pré et post-Formation

Répondre au QCM

1. Le nerf pudendal est un nerf mixte
 oui non

2. La vestibulodynie provoquée est caractérisée par une douleur constante à l'entrée du vagin
Oui non

3. Les patientes présentant une vestibulodynie ont un tonus de base des muscles du plancher plus élevé que les patients d'un groupe témoin
 oui non

4. Le trajet du nerf clunial inférieur le fait passer sous l'ischion
 oui non

5. Le nerf pudendal peut être comprimé
 oui non

6. Le point gâchette du muscle piriforme est situé sur l'horizontale entre le coccyx et le grand trochanter
Oui non

